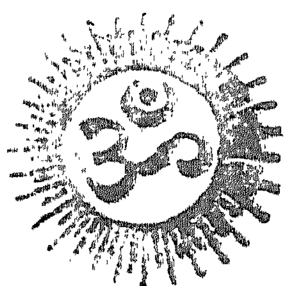
[illegible]

1/2-29

రచయిత

శ్రీ [illegible]



శ్రీ [illegible] అద్వైతాశ్రమం

[illegible] - 503225

[illegible]

ప్రథమ ముద్రణ
[illegible]

ప్రతులు
1000

Acc No. 182

సర్వస్వామ్యములు
రచయితవి

వెల
2.75

ముద్రణ:
[illegible] ప్రింటర్సు,
మద్రాసు.

ముందు మాటలు

ప్రాచీనాధ్యాత్మికాలకు తంత్ర శాస్త్రము (తంత్ర మనగానే చాలామంది దృష్టిలో వామాచారమే మెదలుతుంది. కాని సర్వజగత్తును జగన్మాత శరీరంగా భావించ చేసే ఉత్కృష్ట సాధనలు కూడా తంత్రంలో ఉన్నాయి ఉపాసనచే మాత కుండలినీ శక్తిని షట్చక్ర క్రమములను భేదించుకొని పరమాత్మతో ఐక్యాన్ని పొందింప జేసే యోగమార్గం కూడా ఉంది.) ప్రపంచాని సమన్వయాన్ని కలిగిస్తుంది. గుణాతీతమైన పరమాత్మతోనే మాత గుణమయమైన సృష్టితో విశ్వాన్ని [illegible] దర్శింప చేయుటయే దాని విశిష్టత. అర్ధనారీశ్వరుడైన శివుడు, ప్రకృతి పురుష సంయమము చేసిన స్త్రీపురుష విస్తృతమునకు ప్రతీక. పరమాత్మను [illegible] గమ్య [illegible] దివ్య జీవనము. బ్రహ్మ సాక్షాత్కారము పొందినప్పటికి [illegible] మానవ [illegible] [illegible] సాధిస్తారు. [illegible] శక్తిని [illegible] ఉండటం వలన గుణములు, ఇంద్రియములు అతని పై ఏ విధమైన అధికారమును చెలాయించజాలవు. అతడే జీవన్ముక్తుడు. స్థిత ప్రజ్ఞుడు.

అసలు జగత్తు లేనే లేదని అది, కేవలం మన మనో కల్పితమని, మనస్సును జయించితే జగత్తు మిథ్య అయిపోతుందనే ధోరణి చాలామందిలో వ్యాపించియుంది. వారిని గూర్చి పూజ్యులు కీ॥ శే॥ శ్రీ ముట్నూరి కృష్ణారావు గారు ఇలా అన్నారు.

“సోదరా! మనస్సును దాటితే ఈ జగత్తు మిథ్య అయిపోతుందనే నమ్మకం చాలామందిలో వ్యాపించి ఉంది. ఈ అపోహలో పడితే నీకు చాలా చెరుపు కలుగుతుంది. నీ ఆత్మతో పోరు చేసుకున్న వాడవౌతావు. ఈ జగత్తు నీ మనః కల్పితం కాదని నీకింకా తెలియదా? ఒకవేళ నీ మనస్సు నాశనమై పోతుందని భావించినా, ఈ జగత్తు ఎక్కడకు పోతుంది?

ఆత్మ ఎంత నిత్యమో, ప్రకృతి కూడా అంత నిత్యమే. ప్రకృతి ఆత్మ పదార్థం యొక్క క్రియాకలాప, చిదానంద సాగరంలోని తరంగ మాలిక. జ్ఞాన జ్యోతి యొక్క మరీచి జాలము. జ్యోతి ఎప్పుడైనా ప్రకాశరహితంగా ఉంటుందా? అసంభవం.

నీలో ప్రజ్ఞా [ఆజ్ఞా] చక్రము ప్రబుద్ధము

కానీ. నీవు ఇంద్రుని వలె సహస్రాక్షుడవు అగ్ని వలె జాత వేదుడవు అవుతావు. జగత్తు యొక్క సుస్వ-రూపముతో పాటు అతీంద్రియ జగత్తు యొక్క స్వరూపము కూడా అనుభవమౌతుంది.

అయినను పరబ్రహ్మానుభవము పొందు వరకు నేతి నేతి (ఇది కాదు, ఇది కాదు.) అను విచారణ మావశ్యకమే. ఈ విచారణ మన నిజ శక్తిని తెలుసుకొని ప్రకృతికి బద్ధుడు గాకుండా ఉండగలిగితే గాని. ప్రకృతిని త్యజించడానికి కాదు. శరీరమున్నంత వరకు ప్రకృతిని ఎవరూ త్యజించలేరు. (సమాధిలో ఉండే ఏ కొద్ది కాలమో తప్ప) బాహ్యాంతర బంధనాల్ని జయించిన సన్యాసి కూడా జీవించినంత కాలము మనః ప్రాణ శరీరాల నుపయోగించక తప్పదు కదా,

ఐతే ఇందులోని పరిణామ వాదము డార్విన్ పరిణామ సిద్ధాంతము కాదు. అది శ్రీ అరవిందులు ప్రతిపాదించిన పరిణామ వాదము. తంత్రంలో కర్మకాండకు, భక్తికి యోగానికి కూడా సముచిత స్థానం ఉంది. అది కర్మ, యోగ, భక్తి, జ్ఞానాలకు సమన్వయము

ము. అందుకే ఇది కేవల తత్త్వవిచారమే కాదు ఒక సంస్కృతి ఆస్వాదాత్మక రచయిత.

తెలుగు దేశములో కూడా యీ మార్గము వందల ఏళ్ల నుండి ప్రచారములో ఉంది. వీరబ్రహ్మంగారి కాలజ్ఞాన తత్త్వాలలోను గట్టియ్య దాసుని పర తత్త్వార్థ ప్రకాశికలోనూ, తారకామృత సారంలోనూ యోగ విధానం స్పష్టంగా వివరింపబడి వుంది. శ్రీ నాథుని కాశీఖండం లోను చక్రాలను గూర్చి వివరింపబడ్డ గుర్తు-

జగదీశ్వరి ప్రియ పుత్రులైన శ్రీ నారాయణ మహర్షులు మా గురుదేవులు, నిజామాబాదు జిల్లా ఆర్మూర్ తాలూకాలోని మోర్తాడ్ గ్రామము వారి నివాస స్థలము. తీవ్రమైన సాధనతో ఆరాటంతో ఆవేదనతో పరితపించి జగన్మాత సాక్షాత్కారము పొందుటయే గాక నిర్వికల్ప సమాధిస్థితిని సైతము పొందిన మహనీయులు, ఒక వైపు గృహస్థాశ్రమంలో ఉంటూనే పరతత్త్వ శిఖరాల నధిరోహించిన వీరులు. సామాన్యులల్లో సామాన్యులుగా వర్తించు వీరి నిజ స్వరూపమును గూర్చి మట్టు ప్రత్యక్షంగా ఎరిగిన కొద్దిమందికి మాత్రమే తెలుసు.

వారి కరుణ వల్ల నేను పొందిన అనుభవాల సారంశాన్ని శాస్త్రాధారాలతో సహా ఈ చిన్న పుస్తకంలో వివరించే ప్రయత్నం చేశాను. శ్రీ అరవిందుల పరిణామ సిద్ధాంతం గూర్చి కూడా నేను అనుభవములు పొందిన తరువాతే ఇందులో పొందు పరిచాను. అరవిందాశ్రమంతో నాకెట్టి బాహ్య సంబంధం లేదు. కాని యోగానుభవాలలో ఎందరెందరో మహాత్ములు కన్పించారు వారిలో శ్రీ అరవిందులొకరు, అరవిందుల జీవిత చరిత్ర చదివి ఎంతో ప్రభావితుడనయ్యాను. నా మనసు అరవిందుల వేపు ఎంతగా మళ్లిందంటే శ్రీ రమణ మహర్షులే అరవిందుల రూపంలో దర్శనమిచ్చారు. ఆ కాలంలో కొన్ని రోజుల వరకు అరవిందులను గూర్చి వారి సిద్ధాంతాల గూర్చి అనుభవాలు కలిగాయి. ఆ క్రమంలో ఇది ఒకటి.

1975 మే నెలలో ఒకనాటి రాత్రి, మావో త్సే-టుంగ్. పోస్టు మాస్టర్ జనరల్ వెంకటేశ్వర రావు వీరిద్దరూ మహా మానవులని (Super men) ఇంకా ఇలాంటివారు ఇప్పటికే 59 మంది జన్మించారని మాటలు వినిపించాయి. మావో జగద్విఖ్యాతుడు శ్రీ వెంకటేశ్వర రావు ఎవరో నాకు తెలియదు. ఇలాంటి

మరికొన్ని అనుభవాల వలన Life divine లోని వారి వివరణ వలనా వారి పరిణామ సిద్ధాంతం మీద నమ్మకం ఏర్పడింది.

ముముక్షువులకు, యోగ పరిశీలనాసక్తులకు ఈ చిన్న పొత్తము తగు రీతిగా ఉపయోగ పడగలదని ఆశిస్తున్నాను.

జనని అద్వైతాశ్రమం — శ్రీ మోక్షానంద స్వామి

22-5-77

కృతజ్ఞతలు

ముఖ పత్రాలంకరణకై షట్చక్రాల బొమ్మను అందంగా ప్రతికృతి గీసి ఇచ్చిన ప్రముఖ చిత్రకారుడు, కవి, స్నేహశీలి యైన శ్రీ సైబు పరంధాములు గారికి, గ్రంథాన్ని ముద్రించటంలో సర్వ విధాల సహకరించిన కల్పలతా ప్రింటర్స్ కార్మికులు టి. లింగన్న, టి. శంకర్, యస్. గణేష్ లకు చిరంజీవి టి. రాంలింగం కు హృదయ పూర్వకమైన కృతజ్ఞతలు వ్రాసిన వెంటనే చదివి చాలా బాగుందంటూ ఆనందించిన, కవి, యోగి యైన ప్రాణ మిత్రుడు రఘుకవి మనః పూర్వక కృతజ్ఞతలు.

సమర్పణ

నా ఆత్మలో, అణువణువునా
నిండి పోయి, అనుక్షణం నన్ను
మేల్కొల్పుతూ, బుజ్జగిస్తూ, పాడుతూ
జ్ఞానం చెప్తూ నిక్షిప్తమైన శక్తిని రగుల్కొలుపుతూ
అనంతమైనకరుణకు, అగాధమైన ప్రేమకు ప్రతీకగా
నిలిచి పోయిన గురుదేవులు

శ్రీ నారాయణ మహర్షుల

చరణ కమలములకు భక్త్యనురాగములతో...



సహదేవులు: శ్రీ నారాయణ మహర్షి

శ్రీగురుస్తుతి

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

నాయమన్నుగు [illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

లోకబాధల పూని హృదయము
ముక్కలై వగి పోవగా
ఘోర తపమును జేసి అమృత
మార్గమును వీక్షించితివా ॥ వం ॥

అనేక గుణముల దివ్యమహాను
అవతరించిన రామునా!
అవని మనుజుల శ్రేయమునకై
అంత చేసి పోరమా ॥ వం ॥

సకల మతముల సారమీవే
సత్య ధర్మ స్వరూప మీవే
ప్రేమకు ప్రతిరూప మీవే
విశ్వమునకు వెలుగు నీవే ॥ వం ॥

యమున నాథా! దయానాథా!
ఎవరు మీ సరి రారయా!
యమున వలె దయ పొంగి పొరలగ
పల్లె వారల నేలుమా! ॥ వం ॥

ఉమ్మడిపట్ట నివాసుడైనా
కోటి రంగారాముడు
అల్లిన ఈ గీత మాలను
ఆదరంబుగ దాల్చుమా! ॥ వం ॥





ఎవిఘ్నంపూ కొండపై ధ్యాన నిమగ్నులైన శ్రీ మోక్షానంద స్వామి.

1

వ్యక్తిని, విశ్వాన్ని, విశ్వాతీతమైనదానిని గూర్చి తెలుపునది యోగము. ఇది మన అంతరంగిక నిగూఢ రహస్యాలను వెలికి దీసి మన నిజ స్వరూపమును బయలు పరుస్తుంది. యథార్థమైన ఆనందాన్ని, ప్రశాంతిని, తేజస్సును, జీవన సామరస్యాన్ని ప్రసాదిస్తుంది.

యోగ మార్గాన మూడు మెట్లు. మనం అంతరావలోకనం చేసుకుంటూ వెళ్లి మన వ్యక్తిత్వాన్ని అధిగమించినపుడు విశ్వంతో ఐక్యాన్ని పొందుతాం. అలాగే విశ్వాన్ని అధిగమించి విశ్వాతీతమైన నిర్గుణబ్రహ్మ తత్త్వంతో ఐక్యాన్ని పొందుతాం. ఆ విశ్వాతీత తత్త్వమే విశ్వంలోనూ, వ్యక్తిలోనూ పరివ్యాప్తమైయున్నట్లు కనుగొంటాము. సృష్టి రహస్యాన్ని విడమర్చే కీలకం మన లోనే వుంది.

కాని చిత్రమేమిటంటే మనని గూర్చి మనకు తెలిసింది చాలస్వల్పం. మనం బాహ్య ప్రపంచాన్ని పరిశీలించి వివిధ శాస్త్రాలను ఏర్పరచుకున్నాము. ఆయా శాస్త్రాలలో జరిగిన విపుల పరిశోధన ఫలితంగా అనేక సౌకర్యాలను పొందుతున్నాము. కాని మనని మనం పరిశీలించుకోలేదు. అందుచే మానవుడు జీవితాన్ని ప్రశాంతంగా గడప లేక పోతున్నాడు.

2

అనాదిగా మానవుని అంతరంగాన్వేషణం కొనసాగింది. ధీమంతులైన మహాపురుషులు మన అంతర్ రహస్యాలను వెలికి దీసారు. కాని బాహ్య పరిశోధనల వల్ల కనిపెట్టబడిన సాధనాలు లోకమంతటికీ ఉపయోగపడినట్లు ఉపయోగపడేవి కావవి. ఎవరికి వారే తమ తమ అంతరంగాలలో అన్వేషణ జరపవలసి వుంటుంది.

సాధారణంగా మనకు తెల్సింది మన మనః ప్రాణ శరీరాలను గూర్చియే. అంతకు మించి మనకు తెలియదు. వీటి గూర్చి కూడా సమగ్రంగా తెలిసిన వారు చాలా అరుదు. ఇంద్రియాలను మనం అధిగమించటం లేదు. మన సమస్త బాహ్య జీవనము ఈ మనః ప్రాణ శరీరాలకు సంబంధించినదే. మన ఆరాటలూ, పోరాటాలూ, సుఖ దుఃఖానుభూతులూ, ఆశానిరాశలూ ఇవన్నీ ఈ మన ప్రాణ శరీరాల ప్రాంగణం లోనివే. ఈ వలలో మనం చిక్కుకొని దాని కతీతంగా ఎదగలేకుండానే మరచేస్తున్నాము.

అనాదిగా లోకంలో సాధారణంగా జరుగుతున్న విషయమిది. దీనికి కారణమేమిటి? ఇంద్రియాల వలలో చిక్కి మానవుడు స్వస్వరూపాన్ని మర్చిపోతున్నాడు. ఈ ఇంద్రియాలు మన మనస్సును బాహ్య ప్రపంచం వైపే మళ్లిస్తాయి కాని అంతర ప్రపంచం వైపుకాదు.

మానవ సృష్టి అలావుంది. జన్మించినది మొదలు ఇంద్రియాలు అతనికి బాహ్య ప్రపంచాన్ని చూపించటం వలన తన స్వభావానుగుణంగా బాహ్య ప్రపంచముపై ఇష్టానిష్టతలు పెంచుకొని సుఖ దుఃఖాలనుభవిస్తున్నాడు. ఆ మోదఖేదాల మధ్యనే, ఆశా నిరాశల తరంగ క్రమంలోనే తనువు చాలిస్తున్నాడు.

ఏ ప్రపంచాన్ని అతడు ప్రాణానికి ప్రాణంగా ప్రేమించాడో, ఏ బంధువులను, ఆత్మీయులను, దేశాన్ని విడిచి బ్రతకలేడో వాటన్నిటిని విడువలేక విడువక తప్పక అశ్రుపూరిత నేత్రుడై ఇహలోకాన్నుండి సెలవు తీసుకుంటున్నాడు. ఇది పాత క్రమం ఉదయాస్తమానాల్లాగ.

అయితే ప్రపంచం యొక్క స్థితి ఇంతేనా? మానవుడు తనకు ప్రాణప్రదమైన లోకాన్ని విడిచి శోకించవలసిందేనా? అతని బాధలకు ఆవేదనలకు తరుణోపాయం లేదా?

★ ★ ★ ★ ★

ఇప్పుడే అంతరవలోకనం ప్రారంభమౌతుంది. ఈ అంతరవలోకనాన్ని గూర్చిన శాస్త్రమే యోగం. ఇందులో ప్రథమ సోపానం మనం మన వ్యక్తిత్వాన్ని దాటిపోవాలి. ఈ వ్యక్తిత్వమే, ఈ నేను అనే అహంకారమే మన బలహీనతలన్నిటికి మూలం. ఇది మానవుడిని విశ్వాన్నుండి భిన్నమైన వాడిగా తలపింపజేస్తుంది. నిజంగా యోచిస్తే వ్యక్తిత్వమనేది ఎవరికీ లేదు అది ఒక భ్రాంతి.

మన దేహాలు విశ్వ పదార్థం లోనివి. మన ప్రాణం విశ్వ ప్రాణశక్తిలోనిది. మన ఆత్మ విశ్వాత్మలోనిది. ఇక మన వ్యక్తిత్వమేమైనట్లు? బంగారంతో చేయబడిన ఒక నగ తాను బంగారు కంటె భిన్నమైనదని భావిస్తే ఆ భావనలో ఎంత సత్యముందో మనము విశ్వము కన్న భిన్నమైన వారమని తలంచే తలంపులో అంతే సత్యముంది.

విశ్వంతో ఐక్యం పొందటానికై మన వ్యక్తిత్వాన్ని దాటి పోవాలి. ఈ వ్యక్తిత్వాన్ని దాటటమంటే మనలోని దుర్గుణాలను, సంకుచితత్వాన్ని, స్వార్థపరత్వాన్ని వదలి పెట్టటమే.

5

ఇలా ఎంతగా అంతరంగం లోకి దూసుకు వెళ్తామో అంత ప్రశాంతి, ఆనందం, చైతన్యం మనని ఆవహిస్తున్నట్లు అనుభూతి చెందుతాం. పరిమితత్వం అపరిమితత్వంలో లీనమౌ తుంది. సాంతం అనంతంలో ఐక్యమౌతుంది.

ఎంతగా యింద్రియాలవైపు పరుగెత్తామో అన్ని ఎదురు దెబ్బలు, బాధలు, నిరాశలు ప్రత్యక్షమౌ తాయి. మానవుడు బలహీనుడౌతాడు.

ఎంత అంతరం లోనికి వెళ్తామో అంత మార్ద-వత్వం, కరుణ, తేజస్సు, సర్వత్రా సౌందర్యాన్ని సత్యాన్ని దర్శించ గలిగిన దివ్యచక్షువు మనలో వికసి స్తాయి. మనమాటలు, రూపము, నడవడిక జీవితము లోని ప్రతికోణం పూర్ణత్వం పొందుతుంది.

ఇంద్రియాల కెంతగా దాసులమైతే అంత మాలిన్యం, మొరటుదనం, రసహీనత, వ్యామోహ బంధనాలు పెరుగుతాయి.

అలా అని ప్రపంచాన్ని వదలి అడవుల్లో పరాత్పరుని సమాధిలో ఉండిపొమ్మని కాదు. మన ఇంద్రి యాలకు మనం బానిసలం కాగూడదు. మానవులు తమ ఇంద్రియాలకు దాసులు కావటమే లోకములోని

బుద్ధికల్లోలాలన్నిటికి మూలం. వాటిని మన అదుపాజ్ఞలో ఉంచుకోవటమే కాకుండా వాటికి అతీతంగా ఉన్న దివ్య చైతన్యానికి అధిరోహించాలి. అప్పుడే దివ్య జీవనం సాధ్యమౌతుంది. మన అమృతత్వం వ్యక్తీకరింప బడుతుంది. విశ్వ పద్మములోని ప్రతిరేకు ఆ అనంతుని అమృత కిరణ స్పర్శతో అద్భుతంగా పరిపూర్ణంగా వికసిస్తుంది.

మానవులారా! లెండు!! మేల్కొనుడు!!! మిమ్ము పరిమితత్వానికి బంధిస్తున్న గుణాలను, ఇంద్రియాలను జయించి మీ అనంతత్వమును, అమృతత్వమును ప్రకాశింప జేయుడు!!!! ఆ అమృత పద ప్రాప్తికి రాచబాటయగు యోగమును ఆశ్రయింపుడు!

ధైర్యంతో, అచంచల దీక్షతో ముందడుగు వేయుడు!

★ ★ ★ ★ ★

2

"ప్రకృతిం పురుషం చైవ
విద్ధ్యనాదీ ఉభావపి"

—గీత, 13 అధ్యా; 19 శ్లోకము

"ఓ అర్జునా! ప్రకృతి పురుషుల నిరువురిని ఆది లేనివారుగా నెఱుంగుము."

ఏది (బ్రహ్మము) యేకమై యున్నదో అదే ప్రకృతి పురుషులుగా వ్యక్తమగుచున్నది. వారి కలయిక వలననే సమస్త సృష్టి ఏర్పడినది. అప్పుడు పురుష సంకల్పానుసారముగా ప్రకృతి సృష్టి స్థితిలయాది కార్యముల నొనర్చుచున్నది. అవ్యక్తమున మహాతత్వము ఉద్భవించి ఓంకారము ధ్వనించినది. ఓంకారమునందు త్రిగుణములున్నవి.
అవి.

1 సత్వగుణము 2 రజోగుణము 3 తమోగుణము.

సత్వగుణము జ్ఞానమును ప్రకాశమును కలిగించును. రజోగుణము ఆశను, కార్య తత్పరతను ప్రేరేపించును. తమోగుణము మోహమును, సోమరితనమును కలిగించును. ఈ త్రిగుణముల యొక్క సమత్వ

స్థితి చెడి పరస్పరము కలియుట వలన పంచభూతము లేర్పడినవి.

అవి మొదట 1 ఆకాశము
2 గాలి
3 అగ్ని
4 నీరు
5 భూమి

ఇది విశ్వ పదార్థము, [Universal Matter]

ఈ సృష్టి క్రమము ఆధునిక విజ్ఞాన శాస్త్ర పరిశోధనలకు భిన్నమైనదికాదు. భూమి ఒక మహాగ్ని గోళము నుండి వూడి పడిందని, చాల కాలం నీటిచేకప్ప బడి క్రమంగా ఇప్పుడు మనం నివసిస్తున్న భూమిగా మారిందని భూగోళ శాస్త్రం చెపుతుంది. ఇక్కడ కూడ అంతే. వాయువు నుండి అగ్ని జలముల ద్వారా భూమి ఏర్పడింది.

ఇవి ఒకదానినుండి మరొకటి ఉద్భవించాయి. ఒకదానిలో ఒకటి లీనమౌతాయి.

ఆకాశము నుండి గాలి, గాలి నుండి అగ్ని, అగ్ని నుండి జలము, జలము నుండి భూమి, ఏర్పడి నాయి. ఇది పరోహణ క్రమము.

భూమి, జలము, అగ్ని, గాలి, ఆకాశం యివి ఆరోహణ క్రమం.

భూమి నీటిలో ఇమిడి వుంది.

నీరు అగ్నిలోనూ, అగ్ని వాయువులోనూ, వాయువు ఆకాశంలోనూ ఇమిడి ఉన్నాయి.

ఉ॥ మంటిని నీటిలో వేస్తే దానిలో కరిగి పోతుంది.

నీటిని మండే నిప్పు కణికపై చల్లితే నిప్పు దానిని పీల్చు కుంటుంది.

అగ్నిని ఆర్పి వేయగా గాలిలో కలిసి పోతుంది
గాలి ఆకాశంలో కలిసి పోతుంది.
కల్పాంతమున ఆకాశము ఓంకారములో ఓంకారము అవ్యక్తం లో లీన మౌతాయి.

బ్రహ్మము యొక్క పరిణామమే పంచభూతములు. ఈ పంచ భూతములు వివిధ పాళ్లలో పరస్పరం సమ్మిళితం కావటం వల్ల సృష్టి ఏర్పడింది. వీటి ఆధారంగా పరిణామ క్రమంలో కొండలు, వృక్షాలు, జంతువులూ మానవుడు మొదలగు సమస్తము ఆవిర్భవించాయి.

అవ్యక్తం నుండి భూమి వరకు గల యీ విభిన్న అంతస్తు లెల్ల ప్రకృతి, దాని యందంతరాత్మమై

గా వుండి దానిని ధరించు చున్నది. ఈ ఆధారతత్త్వం లేనిదే ప్రకృతి నిలువలేదు. సృష్టి పొందిన భౌతికమైన దేనినైనా కేవలం పంచభూతాలు పరస్పరం కలియటం వల్లనే ఏవిధమైన ఆధారం లేకుండా స్వయంగా ఏర్పడేందుకు వీలు కాదు. వెనక బ్రహ్మము లేనిదే అవి కలియుటానికి సైతము అశక్యములు.

అట్లే మానవుడూ పంచభూతాల కలయికచే ఏర్పడినాడంటె కేవలం పంచభూతాల వల్లనే అని అర్థంకాదు. మానవునిలోనూ ఈ పంచభూతాత్మక ప్రకృతి వెనక బ్రహ్మము ఆత్మరూపముగా నుండి యీ సమస్తమును ధరించుచున్నది.

యీ అయిదు ఏ యే పాళ్లలో పరస్పరం కలియటం ద్వారా మనలో ఐదు ఇంద్రియాలు ఏర్పడినాయో తెలుసుకోవాలి.

సాధారణంగా మనము మనస్సు అని పేర్కొనునది ఐదింటితో కూడియున్నది. అవియే అంతరింద్రియములు.

అవి 1 జ్ఞాత 2 మనస్సు 3 బుద్ధి 4 చిత్తము 5 అహంకారము

ఇది ఆకాశ పంచకం.

ప్రాణము ఐదు ప్రధాన మగు భాగములుగా వస్తుంది. వాటినే ప్రాణేంద్రియము లందురు. అవి 1 సమాన వాయువు 2 వ్యాన వాయువు 3 ఉదాన వాయువు 4 ప్రాణ వాయువు 5 అపాన వాయువు

ఇది వాయు పంచకము.

జ్ఞానేంద్రియములు అగ్ని పంచకము వలన ఏర్పడినవి. అవి 1 చెవి 2 చర్మము 3 కన్ను 4 నాలుక 5 ముక్కు.

తన్మాత్రలు జల పంచకము వలన ఏర్పడినవి అవి 1 శబ్దము 2 స్పర్శ 3 రూపము 4 రస 5 గంధము

కర్మేంద్రియములు భూపంచకము వలన ఏర్పడినవి. అవి, 1 వాక్కు 2 పాణి 3 పాదము 4 పాయువు 5 ఉపస్థ

స్థూలముగా 25 తత్వముల గూర్చి తెలిసి కొంటిమి. ఇక సూక్ష్మముగా పరిశీలించుదాము.

1/8 ఆకాశము + 1/8 గాలి + 1/8 అగ్ని + 1/8 నీరు + 1/8 భూమి = చెవి.

యిది చెవి యొక్క ఫార్ములా.

మనము ఒకమాట మాట్లాడగానే ఆది ఆకాశమును చేరుచున్నది. శబ్దము ఆకాశము యొక్క విషయము. మనచెవిలో ఆకాశ తత్వము అర్థభాగము ఉండుట వలన దానికి శబ్దగ్రహణ సామర్థ్యము కలుగుచున్నది. శబ్దమును ఆకాశమునకు చేర్చుటకు వాయువు కావలెను. అందుకై అచట 1/8 వంతు వాయువు ఉన్నది. గాలికి అగ్ని అవసరము. తగినంత ఉష్ణము లేనిచే వాయువు చలించదు. 1/8 వంతు అగ్ని ఆ పని చేయు చున్నది. అగ్నికి నీరు అవసరము. జలతత్వ సహాయము లేక అగ్ని జ్వలింప జాలదు.

ఉ;- ఒక దీపము మండుతుండంటే దానిలో కిరోసినో, ఆముదమో జలతత్వమునకు సంబంధించినది తప్పక ఉండును. ఎండు కట్టెలో సైతము చమురు ఉండుట వలననే అది మండు తుంది.

ఆ నీటికి భూమి ఆధారము. అందుకే 1/8 వంతు జలము. 1/8 వంతు భూమి ఉన్నాయి.

ఈ ఫార్ములా వల్ల ఏర్పడిన చెవి శబ్దాన్ని గ్రహించ గలుగు తుందా అంటే లేదనే చెప్పాలి. మెదడులో నున్న శ్రోత్రేంద్రియము చెవితో ఏకీభావము నొంది నప్పుడే మనం విన గల్గుచున్నాము.

ఉదా:- ఒకడు పరధ్యానముగా నున్నప్పుడు మనము పిలిచినను వినలేక పోవుచున్నాడు. కారణ మేమి? అతని మనస్సు శ్రోత్రేంద్రియముతో జత కూడ లేదు.

ఇదే కలయిక అంతరేంద్రియములలో జ్ఞానకు, ప్రాణేంద్రియములలో సమాన వాయువుకు, తన్మాత్ర లలో శబ్దమునకు, కర్మేంద్రియములలో వాక్కునకు పని చేయును.

1/2 గాలి + 1/8 ఆకాశము + 1/8 అగ్ని + 1/8 నీరు + 1/8 భూమి = చర్మము.

స్పర్శ గాలి యొక్క విషయము. చర్మమునకు గాలి అర్ధభాగము వచ్చుట వలన స్పర్శను గ్రహించు శక్తి కలిగినది. చెవి యొక్క ఉదాహరణలో వివరించి నట్లు ఇందులో ఏ ఒక్కటి పని చేయవలెనన్నా మిగిలి న నాలుగు భూతములు అవసరమే. గాలి ఆకాశము నందున్నది. తిరిగి గాలికి అగ్ని, అగ్నికి నీరు, నీటికి భూమి అవసరము.

ఈ కలయికే అంతరేంద్రియము లందు మనస్సు కు, ప్రాణేంద్రియము లందు వ్యాన వాయువుకూ,

తన్మాత్రలలో స్పర్శకు, కర్మేంద్రియములలో చేతు-
లకు వర్తించును.

1/2 అగ్ని + 1/8 ఆకాశము + 1/8 గాలి + 1/8 నీరు + 1/8 భూమి = కన్ను.

అగ్ని యొక్క విషయము రూపము. కంటికి అగ్ని తత్త్వము అర్ధభాగము వచ్చుట వలన రూపమును గ్రహించు సామర్థ్యము కలిగినది. మిగిలిన నాలుగు సహాయక తత్త్వములు.

అంతరేంద్రియము లందు బుద్ధికి, ప్రాణేంద్రియములలో ఉదాన వాయువుకూ, తన్మాత్రలలో రూపముకూ, కర్మేంద్రియములలో పాదమునకూ ఈ కలయికే పని చేయును.

1/2 జలము + 1/8 ఆకాశము + 1/8 గాలి + 1/8 అగ్ని + 1/8 భూమి = నాలుక.

జలమునకు విషయము రుచి. జలము నాలుక యందర్ధ భాగము వచ్చుట వలన నాలుకకు రుచిని గ్రహించు శక్తి కలిగినది, నాలుక క్రింది నుండి సహా

జలము ఊరుచూనే యుండును. ఏ పదార్థము కాని మనము నాలుకపై ఉంచగానే మొదట జలము ఊరిన తరువాతే రుచిని గ్రహించగలుగు తాము.

ఈ కలయికే అంతరేంద్రియములలో చిత్తముకు ఘ్రాణేంద్రియము అందు ప్రాణ వాయువురూ, తన్మాత్ర అందు రుచికి, కర్మేంద్రియము అందు పాయువు [లింగస్థానము] కు పని చేయును.

1/2 భూమి + 1/8 ఆకాశము + 1/8 గాలి + 1/8 అగ్ని + 1/8 నీరు = ముక్కు.

వాసన భూమి యొక్క విషయము. ముక్కుకు భూతత్త్వ మర్థ భాగము వచ్చుట వలన వాసనను గ్రహించు శక్తి కలిగినది. మిగిలిన నాలుగు భూతము లు సహాయక తత్త్వములు.

అంతరేంద్రియములలో అహంకారము, ప్రాణేంద్రియములలో అపాన వాయువు, తన్మాత్రలలో గంధము, కర్మేంద్రియములలో ఉపస్థ (గుదస్థానము) ల కలయిక వలననే పని చేయు చున్నవి.

పృథ్వి భూతము ఒక చోట ప్రధాన పాత్ర వహిం
చి మిగిలిన నాలుగు చోట్ల సహాయ తత్వమగు చున్నది.

ఉదా:- ఆకాశము రెండర్థ భాగములై ఒక అర్థ
భాగము చెవి యందణగి, మిగిలిన అర్థ భాగము నాలు
సమ భాగములై [1/8 వంతున] చర్మము, కన్ను,
నాలుక, ముక్కులకు సహాయక తత్వమగు చున్నది.

అట్లే గాలి చర్మము నందర్థ భాగ మణగి తక్కిన
అర్థ భాగము నాలుగు సమ భాగములై మిగిలిన ఇంద్రి-
యములకు సహాయక తత్వమగు చున్నది.

అగ్ని కంటి యందర్థ భాగ మణగి మిగిలిన అర్థ
భాగము నాలుగు 1/8 వంతులై మిగిలిన ఇంద్రియము
లకు చేరు చున్నది. అట్లే జల భూ తత్వములు వరుసగా
నాలుక, ముక్కులకు అర్థభాగము లణగి మిగిలిన అర్థ
భాగములు నాలుగు, నాలుగు సమ భాగములై ఆయా
ఇంద్రియములకు సహాయక తత్వములగు చున్నవి.

భూ పంచక మైన కర్మేంద్రియము అత్యంత
స్థూల రూపమున కన బడు చుండగా, జల పంచక మగు
తన్మాత్రలు సూక్ష్మముగా నున్నవి. అగ్ని పంచకమగు

జ్ఞానేంద్రియము లింకా సూక్ష్మముగా నున్నవి. వాయు పంచకముగు ప్రాణేంద్రియములు, ప్రాణ తత్త్వములుగాను, అంతరేంద్రియములు అత్యంత సూక్ష్మమై మనస్సుకు సంబంధించినవై యున్నవి. మిగిలిన ఇంద్రియములవలె అంతరేంద్రియము లన్నియు స్థిర మైనవి కావు. జ్ఞాత [ఎరుక] అహంకారముల నాధారము వేసి కొని ఒక చైతన్యమే భూతముల కలయికననుసరించి బుద్ధిగా, చిత్తముగా గోచరించు చున్నది. మిగిలిన కంద్రియముల మూలమున పని చేయునది కూడా ఆ చైతన్యమే.

* వ్యాప్తి పట్టిక ఈ విధంగా ఉంటుంది *

ఆకాశ పంచకం	జ్ఞాత	మనస్సు	బుద్ధి	చిత్తము	అహంకారము	అంతరేంద్రియాలు
వాయు పంచకం	సమాన వాయువు	వ్యాన వా.	ఉదాన వా.	ప్రాణ వా.	అపాన వా.	ప్రాణేంద్రియములు
అగ్ని పంచకము	చెవి	చర్మము	కన్ను	నాలుక	ముక్కు	జ్ఞానేంద్రియములు
జల పంచకం	శబ్దము	స్పర్శ	రూపము	రుచి	గంధము	తన్మాత్రలు
పృథ్వీ పంచకము	నోరు	చేతులు	పాదములు	గుహ్యము	గుదము	కర్మేంద్రియములు
	ఆకాశ తత్వాలు	వాయు త:	అగ్ని త:	జల త:	భూతత్వములు	

జ్ఞాత :- మన జగద్వ్యాపారము అన్నింటికి ఎరుకయే ఆధారము. మూర్ఛ పోయిన వాడుగాని, గాఢనిద్ర చెందినవాడు గాని ఏమియు తెలుసుకొనుట లేదు. ఎరుక అనునది ఉన్నప్పుడే ఆలోచించుటగాని, నిర్ణయించుటగాని, రుచి చూచుటగాని, పనిచేయుటగాని జరుగుచున్నది.

అహంకారము :- ఎప్పుడు తెలిసి ఉన్నదో అప్పుడు నేననే భావన ఉన్నది. ఆలోచించునది, నిర్ణయించునది రుచిచూచునది, నడుచునది, తానే అని ప్రతి ఒక్కరిలో ఉండును.

మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తం:- పై తెలిపిన ఆధారముగా చేసుకొని చైతన్యము ఆలోచనాత్మకము గా నున్నప్పుడు మనస్సనబడుచున్నది. అదియే నిర్ణయించునప్పుడు బుద్ధియనియు, విషయములపై చలించినపుడు చిత్తమనియు పిలువబడుచున్నది.

సమాన వాయువు:- ఆహారమును జీర్ణము చేయుచున్నది

వ్యాన వాయువు:- స్పర్శను గ్రహించు చున్నది.

ఉదానము:– పదములను గోచరింప జేయును.
ప్రాణ వాయువు:– రక్త శుద్ధి చేయు చున్నది.
అపాన వాయువు:– మలమూత్రములు విసర్జించు చున్నది
జ్ఞానేంద్రియములు చేయు పనులందరకు తెలిసినవే.

తన్మాత్రలు వాటి విషయములు. అట్లే కర్మేంద్రియ వ్యాపారములు కూడను మనకు తెలిసినదే.

ఒక ప్రాణమే, స్థానమును బట్టి, చేయు పనినిబట్టి అయిదు పేర్లతో పిలువ బడు చున్నది. తేనె తుట్టెలో రాణి యీగలా ఇంద్రియములలో ప్రాణము అతి ప్రధానమైనది. ఆ ప్రాణము నాశ్రయించు కొనియే తక్కిన ఇంద్రియము లన్నియు పని చేయుచున్నవి.

శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస గంధములతో మనము ఎన్నెన్ని అనుభవింప గోరుచున్నామో వాటన్నిటికి ప్రాణమే (Vital Nature) కారణము. అట్లే నిర్వాహణా సామర్థ్యము కలిగి యుండుటకు, కోరికలయందభిరుచి ఏర్పడుటకు ప్రాణ ప్రకృతి ప్రాబల్యమే కారణము. ఎవడు తనలోని ప్రాణమును జయింప గల్గు చున్నాడో అతడు సమస్త కోరికలను జయింప గలుగు చున్నాడు. ఉత్కృష్టార్థమై అతని హృదయం లోని ఆవేదన అందుగాన మరింత తీవ్ర మౌతుంది.

ఒక్కొక్క భూతము వలన ఏర్పడినవి

పృథ్వి వలన	ఎముకలు	మాంసం	నరములు	చర్మం	రోమములు
ఉదకము వలన	రక్తం	మూత్రం	శుక్లం	శ్లేష్మం	మెదడు
అగ్ని వలన	క్షుత్తు	పిపాస	నిద్ర	ఆలస్యం	సంగమం
వాయువు వలన	చలనం	గమనం	తీవ్రం	లజ్జ	మదం
ఆకాశము వలన	కామం	క్రోధం	లోభం	మోహం	భయం

ఎముకలు, చర్మము, రెండు భూతత్త్వము లైన
ప్పుడు, రెండు పదార్థము లెట్లేర్పడిన వనగా చర్మము
భూతత్త్వములో వాయుతత్త్వము. అట్లే రోమములు
భూతత్త్వంలో ఆకాశతత్త్వము తక్కిన తత్త్వము లందు
కూడా భిన్నత్వమునకు ఇదే కారణము.

ఇందు పృథ్వితత్త్వము లతి స్థూలములు కాగా
ఆకాశతత్త్వములు అతి సూక్ష్మములై యున్నవి. తక్కి
నవి మధ్యస్థము లై యున్నవి.

ఉదా:— ఎముకలు, చర్మం, మాంసం, నరములు, రోమ
ములు భూతత్త్వములు.

కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, భయాలు ఆకాశ తత్త్వాలు.
ఇవి దేహము నుండి, మనస్సు వరకు ఉన్నాయి.

3

యోగ కమలములు

"ఊర్ధ్వ మూల మధః శాఖమ్
అశ్వత్థం ప్రాహు రవ్యయమ్
ఛన్దాంసి యస్య పర్ణాని
యస్తం వేద సవేద విత్"

— గీత: 15 అధ్యాయము 1వ శ్లోకము

"వేదములు ఆకులుగా గల సంసారమను రావి చెట్టు పైన వ్రేళ్ళు, క్రిందికి కొమ్మలు కలిగి నాశన రహితమై యున్నదని ఎవరు తెలియుచున్నారో అతడు వేదార్థము నెరిగిన వాడగు చున్నాడు".

ఇంత వరకు మనః ప్రాణ శరీరాలను గూర్చి పరిశీలించాము. అవి మన శరీరంలో అమరియున్న విధానమును ఏయే కేంద్రాలేయే శక్తులకు నిలయమైనవి ఇప్పుడు తెలిసికొందము.

మన వెన్నెముక మధ్య సుషుమ్నా నాడి యను సన్నని కాలువ ఆమూలాగ్రము వ్యాపించి యున్నది. ఈ

నాడి యందు వివిధస్థానములలో యీ కమలము లమరి యున్నవి. ఇవి వెన్నెముకను కోసి చూస్తే కనపడవు. అంతర్దృష్టితోనే దర్శించాలి. ఈ యోగ కమలము లమరి యున్న విధానము సంసార వృక్షము యొక్క ఉత్పత్తి స్థితులను చక్కగా వివరించుచున్నది.

	స్థానములు	కమలములు
1	లలాట మందు	సహస్రారము
2	భ్రూ మధ్యమున	ఆజ్ఞా కమలము
3	కంఠమున	విశుద్ధ కమలము
4	హృదయమున	అనాహత కమలము
5	నాభి స్థానమున	మణిపూరక కమలము
6	లింగ స్థానమున	స్వాధిష్ఠ కమలము
7	గుద స్థానమున	మూలాధార కమలము

యీ కమలములు వెన్నెముకయందే ఆ యా స్థలము లందున్నవి.

విశ్వమునకు, ఆజ్ఞా కమలమునకధిరోహించిన జీవునకు భేదమేమియు లేదు. అక్కడ మన వ్యక్తిత్వ మేమియు ఉండదు. విశుద్ధ కమలమునుండియే యీ వ్యక్తిత్వము ప్రారంభమగుచున్నది.

ఈ సృష్టి యందలి వివిధ లోకములు మన యందమరియున్నవి. అప్పుడప్పుడు యోగి యీ లోకములను సందర్శించ గలడు. ఇందు కొన్ని ఊర్ధ్వ లోకములు కాగా మరికొన్ని అధో లోకములు. ఊర్ధ్వ లోకములు సత్వ శక్తుల కావాసములు కాగా అధోలోకము లసుర శక్తులకు నిలయము లై యున్నవి. ఈ వివిధ కమలములకు వివిధ దేవత లధిష్ఠాతలై యున్నారు. వారు జీవునిలోని ఆయాస్థానముల పాలించు వారు.

జీవుడు శ్వాస ద్వారా జరుగుచున్న అజప గాయత్రితో యీ వివిధ దేవతలను, అనగా పర బ్రహ్మమును, సృష్టియొక్క వివిధ అంతస్థులను పూజించు చున్నాడు. మన శ్వాస ద్వారా ఈ అజప గాయత్రిని దినమునకు 21,600 లు జపించు చున్నాము. ఇందులో ఒక్కొక్క స్థానమునకు నిర్ణీత సంఖ్యలో అర్పింప బడుచున్నవి.

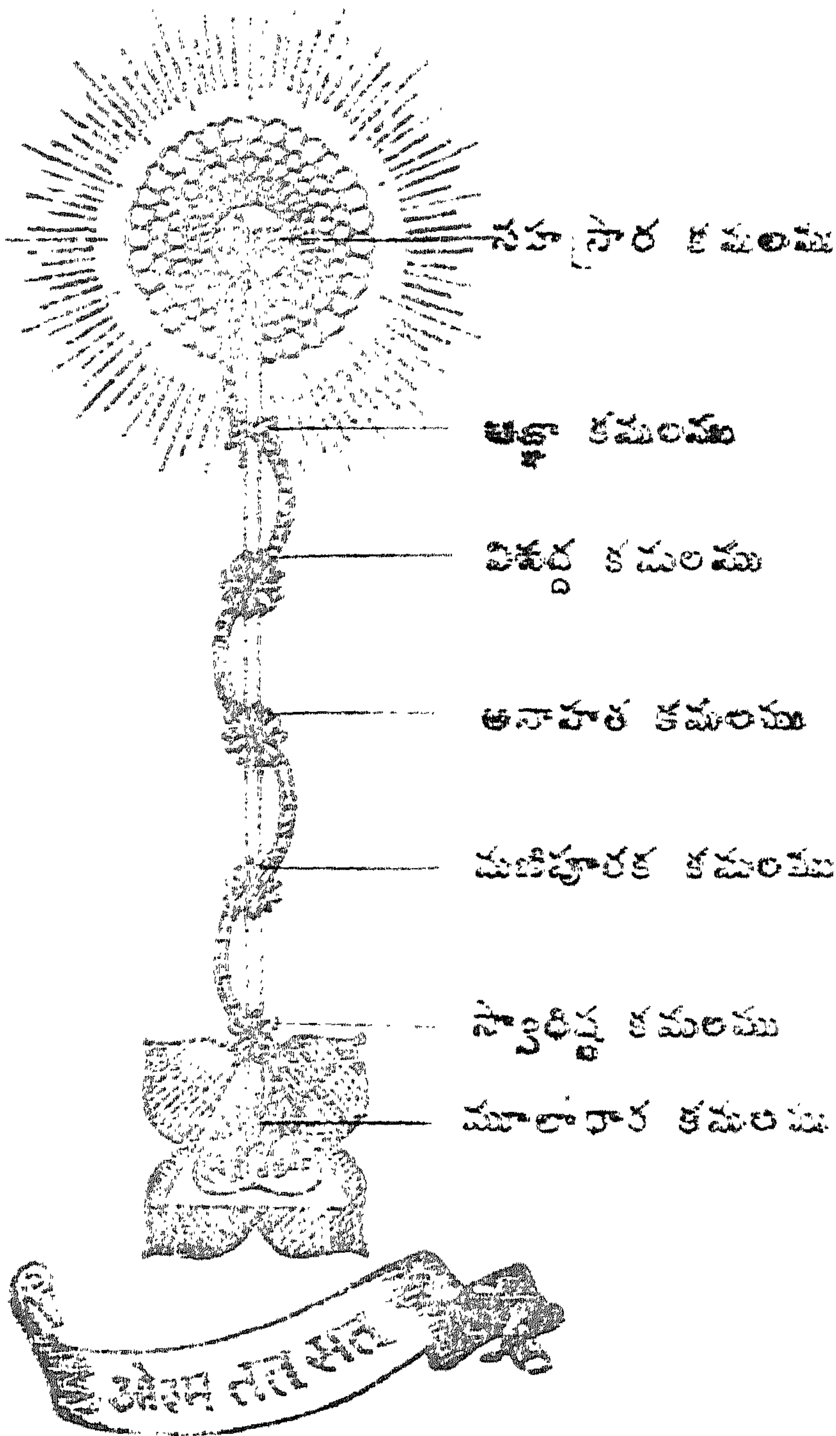
1. సహస్రారము :— విజ్ఞాన శక్తి; వేయి దళముల కమలము: సత్యలోకము; సద్గురువు అధి దేవత. సృష్టిని మాలికరించును. వేయి ప్రణవములు.

2. ఆజ్ఞాకమలము:– ఇచ్ఛాశక్తి; రెండు దళములు: తపోలోకము. ఓంకారము; జనని అధి దేవత. వేయి ప్రణవములు. ఉత్పత్తి స్థాపనల కాజ్ఞాపించి సృష్టిని వ్యవస్థీకరించును.

3. విశుద్ధ కమలము:– వచశక్తి [Word-Power] పదహారు దళములు. జనర్లోకము 'య' అక్షరము: జీవుడు అధి దేవత: ఉదానవాయువు. సృష్టిని క్రమబద్ధ మొనర్చును.

4. అనాహత కమలము:– ప్రేమ-సౌందర్యానందములు; రుద్రుడు అధి దేవత. ప్రాణవాయువు ఆరు వేల ప్రణవములు; మహర్లోకము. జ్ఞాన శక్త్యుత్పత్తిను విడుదల చేయును. 'వ' అక్షరము; పన్నెండు దళములు.

5. మణిపూరక కమలము:– జీవాధారమై జీవ శక్తియై యున్నది; సువర్లోకము సమాన వాయువు. విష్ణువు అధి దేవత; ఆరు వేల ప్రణవములు 'శ' అక్షరము పది దళములు.


సహస్రార కమలము
ఆజ్ఞా కమలము
విశుద్ధ కమలము
అనాహత కమలము
మణిపూరక కమలము
స్వాధిష్ఠ కమలము
మూలాధార కమలము

సప్త కమలములు

6. స్వాధిష్ఠ కమలము:- తేజస్సు మరియు ప్రాణశక్తి: భువర్లోకము 6 వేల ప్రణవములు. బ్రహ్మ అధి దేవత. వ్యాన వాయువు. శక్తిని పంపిణీ చేసి స్థిర రూపముల లోనికి ప్రవహింప జేయును. 'మ' అక్షరము 6 దళములు.

7. మూలాధార కమలము:- పదార్థ మరియు రూపశక్తి; ఆరు వందల ప్రణవములు. భూలోకము: అపాన వాయువు: గణపతి అధి దేవత. పదార్థ రూపముల నిచ్చి ప్రాణమును స్థిర పరచును. 'న' అక్షరము నాల్గు దళములు.

సంసార వృక్ష నిరూపణము:- నిరాకార నిర్గుణ పరబ్రహ్మమున సంకల్పముదయించగానే అవ్యక్తమున మహా తత్వముద్భవించి ఓంకారము ధ్వనించినది. యీ ఓంకారము సృష్టికాద్య శబ్దము. ఈ శబ్దము నుండియే సమస్త శబ్దములు వెల్వడి రూపముల దాల్చినవి. సంకల్పము మొదటిది, వాక్కు రెండవది. రూపుదాల్చుట మూడవది. దానితో సృష్టి సంపూర్ణమైనది. యీ ఓంకారము నుండి ప్రధానముగా ఐదక్షరములు వెల్వడినవి.

అవి న, మ, శి, వ, య. భూమి, నీరు, అగ్ని, గాలి, ఆకాశముగా రూపొందినవి

యం. బీజాక్షరముగా నుండి విశుద్ధ చక్రమున, అ ఆ ఇ ఈ ఉ ఊ ఋ ౠ ఌ ౡ ఎ ఐ ఒ ఔ అం అః అను వర్ణములేర్పడినవి.

వ. బీజముగానుండి అనాహతమున, క ఖ గ ఘ ఙ చ ఛ జ ఝ ఞ ట ఠ అను వర్ణములు ఏర్పడినవి.

శి. బీజముగా గల మణి పూరకమున డ ఢ ణ త థ ద ధ న ప ఫ అను పది వర్ణము లేర్పడినవి.

మం. బీజముగా గల స్వాధిష్టమున బ భ మ య ర ల అనెడి ఆరు వర్ణములేర్పడినవి.

న. బీజముగా గల మూలాధారమున వ, శ, ష, స, అను నాల్గు వర్ణములేర్పడినవి.

ఆజ్ఞాకమలమున ఓం కారబీజము. హంక్ష, వర్ణములు.

ఇది వర్ణోత్పత్తి క్రమము. ఈ వర్ణములే నానారూపమున పంచభూతములు, అనగా సమస్తసృష్టి.

ఇవి సప్తకమలములు. తిరిగి యీ కమలముల కు జ్ఞాన, ప్రాణాంతరేంద్రియములకు సంబంధమున్నది.

మూలాధారమునకు, ముక్కుకు, అపాన వాయువుకు, అహంకారమునకు సంబంధము.

స్వాధిష్ఠ కమలమునకు, నాలుకకూ, వ్యాన వాయువుకు, చిత్తమునకూ, సంబంధము కలదు.

అష్టే మణి పూరకమునకు, కన్నులకూ, సమాన వాయువుకు, బుద్ధికి సంబధము.

అనాహతమునకూ, చెవులకు, ప్రాణ వాయువు కు మనస్సుకు సంబంధము.

విశుద్ధ చక్రమునకు, చర్మమునకు, జ్ఞాతకు ఉదాన వాయువుకు సంబంధము కలదు.

కుండలిని శక్తి

జీవుడు మూలాధారము నుండి వివిధ యింద్రి- యముల ద్వారమున తన బహిఃప్రపంచ వ్యాపారముల నెల్ల నెరవేర్చుకొను చున్నాడు. కాని యిది అంధకార

మయమగు జీవితము. కేవల పశు జీవిత మున్నను అప వాదము లేదు. యీ మూలాధారము నందే కుండలిని పాము రూపమున చుట్ట చుట్టుకొని నిద్రితమై యున్నది. యోగులలో, భక్తులలో, ఏకాగ్ర చిత్తులలో యిది మేలు కొనును. కాని శాస్త్రీయముగా మేల్కొల్పు వాడు యోగి ఒక్కడే. యీ కుండలిని మాతృశక్తియే. యోగులలో వారి వారి హృదయములలో గల *అభిప్సా తీవ్రతను బట్టి యీ శక్తి మేలుకొనును. అట్లు మేల్కొని సుషుమ్న నాడి ద్వారా ఒక్కొక్క చక్రమును భేదించుకొని సహస్రార చక్రమును చేరును. అట్లు చేరినప్పుడే సమాధిస్థితి సిద్ధించును. మనము ధ్యాన స్థితులమైనపుడు అంతర్ముఖులమై మూలాధారమును చేరి కుండలినితో ఏకీభావము నొంది వెన్నుపాము ద్వారా ఊర్ధ్వముఖ ప్రయాణము సల్పుతాము. విశుద్ధకమలము వరకు, అనగా ఆకాశ స్థానము వరకు కామ క్రోధ, లోభ, మోహాది గుణములు, ఇంద్రియములే మనల నాటంక పరుచ యత్నించును. ఆకాశమును చీల్చుకొని పైకి వెళ్ళినపుడు మన వ్యక్త్యాత్మ నధిగమించి అతి మానస విజ్ఞానమును పొందుదుము.

---

* ఈశ్వరునిపై గల ఆవేదన.

యిడా, పింగళ, సుషుమ్న యను యీనాడులు మన సాధనలో అతి ముఖ్య పాత్రవహించును.

ప్రధాన నాడులు

ముక్కు యొక్క కుడిభాగమున నుండునదే యిడానాడి. ఎడమ భాగము నందుండునది పింగళా నాడి. సుషుమ్న నాడి యీ రెంటికి పైన మధ్య భాగము నందుండును. సుషుమ్నకు సరస్వతి యనియు అగ్నినాడి యని పేర్లు కలవు. అట్లే యిడకు గంగ యనియు, సూర్యనాడి యనియు పింగళకు యమున అనియు, చంద్రనాడి అనియు పేర్లు గలవు. యిందు ఇడా పింగళలు కన్పించు చుండును కాని సుషుమ్న కన్పించదు. అది అంతరముననున్నది. ఇదే త్రివేణీ సంగమము. యీ నాడులే తిరిగి మూలాధారము నుండి మెదడు వరకు వెన్నుపాము గుండా వ్యాపించి యున్నవి.

జ్ఞాత

విశుద్ధ కమలమునకు. ఆజ్ఞా కమలమునకు మధ్య ఆకాశస్థానపు చివర నంటికొని యున్న కొన్ని సన్నని మాంసపు పొరలే ఈ జ్ఞాత. యీ జ్ఞాత పొరలే జీవుని బ్రహ్మము నుండి విడదీయు

పరదాలు. సృష్టికి సరిహద్దులు, నిర్గుణుడగు ఆత్మకు ఇది గుణముల నాచ్ఛాదించు చున్నది. అందు వలన తాను గుణస్వరూపుడైనట్లు జీవుడు భ్రమనొందు చున్నాడు.

"తెర తీయగా రాదా" అన్న త్యాగ రాజాదుల కీర్తనలు, ఇంతెందరో భక్తుల వేడోళ్లులు ఈ జ్ఞాతను గూర్చినవే.

మూలాధారము నందలి కుండలిని అతి వేగముతో పైకెగిరి ఈ పొరలను చీల్చుకొని పైకి వెళ్లినప్పుడే మనకు అతి మానస విజ్ఞానము కలుగు చున్నది: ఈ జ్ఞాతమే మనస్సుకు కారణమై అజ్ఞానమునకు మూలమైనది.

నిర్గుణ బ్రహ్మము. అవ్యక్తము; ఓంకారము, త్రిగుణములు, పంచభూతములు, ప్రాణ. జ్ఞానాంతరేంద్రియములు, పంచ తన్మాత్రలు; కర్మేంద్రియములు అష్టమదములు, అరిషడ్వర్గములు గా గల సమస్తమును సృష్టించినది.

ఇది సంసార వృక్షము. దీని మొదలు జ్ఞాతము యందున్నది. వ్రేళ్లు ఊర్ధ్వ లోకములందున్నవి. అవని

నుండి క్రిందికి కామక్రోధాది గుణముల పర్యంతము వ్యాపించి యున్నది.

ఇంత వరకు మనము చర్చించిన దేహేంద్రి యాది సమూహామే క్షేత్రము. అనగా మనః ప్రాణ శరీరములు.

4

[illegible]

ఆ పరమాత్మ సకలేంద్రియములను ప్రకాశింపఁ జేయువాఁడుగను, సకలేంద్రియ వర్జితుఁడుగను సమస్తమునకు ప్రభువుగను, ఈశ్వరుఁడుగను, సర్వమునకు ఉత్కృష్ట స్థానముగను, సర్వ కారణముగను ఉన్నాఁడు. ఆ దేవుఁడు నవద్వారములు గల శరీరమనెడి పట్టణమందు జీవాత్మగను, స్థావర జంగమాత్మకమగు సకల ప్రపంచమును స్వాధీనము చేసికొని బయట సంచరించుచున్నాఁడు.

ఆ పరమాత్మయే అగ్నియు, సూర్యుఁడును వాయువును, చంద్రుఁడును, శుక్రుఁడును, బ్రహ్మమును జలమును, ప్రజాపతియునై యున్నాఁడు. *

[ఓ ఈశ్వరా!] నీవే స్త్రీవి, పురుషుఁడవు, కుమారుఁడవు, కుమారివి, వృద్ధుఁడవు. శిశుచేత వంచించువాఁడవు. పుట్టిన వాఁడవు, సర్వతోముఖుఁడవునై యున్నావు. నీవే తుమ్మెదవు, చిలుకవు, మేఘమువు. నీవే ఋతువులుగ, సముద్రాలుగా నున్నావు. మరియు ఆది లేని వాఁడవై సర్వ వ్యాపకుఁడవై యున్నావు. ‡

* శ్వేతాశ్వతరోపనిషత్తు ౩వ అధ్యా 17, 18 శ్లోకములు
‡ ,, ,, 4వ అధ్యా॥ ౨,౩,4 శ్లోకములు

విశ్వ క్షేత్రమునకు క్షేత్రజ్ఞుడు బ్రహ్మమే (పరమాత్మ.) కాని మానవుని యందు ఆత్మ రూపముగా నున్న బ్రహ్మము క్షేత్రజ్ఞుడు. ఆయా ఆత్మ కూడా పంచ భూతములకు అతీతమైనది. ఆత్మను చేరుటకై గుణములను, సమస్త ప్రకృతిని అధిగమించవలెను. అప్పుడే మనము అహంకారమును వదలించి విశ్వంతో తాదాత్మ్యం పొందుతాము. నిజముగను మనము పరమాత్మ స్వరూపులమే. ఆ పరమాత్మను [బ్రహ్మమును] చేరుటకు ఆత్మస్థులము గుట మొదటి మెట్టు. మనము ఆత్మైక్యత పొందినపుడు సమస్త ప్రపంచము నందు మననే అనుభూతి చెందుతాము. మన వెచ్చని కిరణాలతో ఉదయిస్తున్న సూర్యునిలో, రెక్కలు విప్పి స్వేచ్ఛగా ఉత్సాహంతో ఎగిరి పోతున్న పక్షిలో. అప్పుడే వికసించిన గులాబి పూవులో ఉన్నది తానే. లావణ్యవతియైన యువతిలో ముదుసలిలో, వేశ్యలో, పతివ్రతలో, రాజులో, పేదలో, కొండ మీది నుండి జారిపడే జలపాతపు మధురమైన సంగీతములో సమస్త విశ్వంలో ఉన్నాడు తానే యీ అనంత రూపముల ధరించి క్రీడించు చున్నాడు. తాను ఆ పర బ్రహ్మమే.

నిజస్వరూపమున మనము నిత్యానందమయులము.

మనసు అగ్ని కాల్ప జాలదు. వాయువు ఎండింప జాలదు నీరు తడుప జాలదు. ఆయుధములు ఛేదింప జాలవు. మనకు జన్మము లేదు. మరణము లేదు. బాల్య యవ్వన వృద్ధాప్యములు లేవు. మనము నిత్యులము అమరులము.

ప్రకృతి యను పంజరము నందు బంధింప బడి జీవభ్రమచే మనము అల్పులమని తలంచు చున్నాము. ఈ పంజరమును బ్రద్దలు కొట్టి మన నిజ రూపమును తెలియవలెను. మన హృదయాంతర్యామి యైన ఆ పరమేశ్వరుని, పురుషోత్తముని శరణు జొచ్చిన అజ్ఞానాంధకారమున కావల నున్న తన దివ్య ప్రకాశమున మనల నాతన లీనమొనరించును.

ఈ విధమైన క్షేత్ర క్షేత్రజ్ఞులను గూర్చిన జ్ఞానమే నిజమైన జ్ఞానము.

5

అఖండ మండలాకారం వ్యాప్తం యేన చరాచరం;
తత్పదం దర్శితం యేన తస్మై శ్రీ గురవే నమః.

గురువు

లోకంలో చాలామంది జీవితాలకు ఒక నిర్దుష్ట లక్ష్యం అంటూ లేనే లేదు. ఇంద్రియ ప్రేరణలకు లొంగి తెగిన గాలిపటంలా ఎటు గాలివీస్తే అటు కొట్టుకపోతారు. సుఖంలో అంతా బాగుంది. అనుకుంటారు. కష్టం వచ్చేసరికి యీలోకం చాలా క్రూరమైందని తనను పట్టించుకోడం లేదని, తన బాధలన్నిటికి సమాజమే కారణమని దుమ్మెత్తిపోస్తారు. మరి కొందరు ఒక డాక్టరు కావటమో, ఇంజనీరు కావటమో హిమాలయ శిఖరాలనధిరోహించటమో జీవిత లక్ష్యంగా పెట్టుకుంటారు. అందుకై దీక్షగా శ్రమిస్తారు. మొదటి వారికంటే వీరు మేలే, సందేహం లేదు. కాని అది జీవితం యొక్క మూల సమస్యల్ని పరిష్కరించజాలదు. ఇలాంటి వారు సైతం కొన్ని విపత్కర పరిస్థితులలో ధైర్యమును కోల్పోతారు.

సుఖ దుఃఖాలను సమభావంతో చూసే స్థిర చైతన్యానికి మనం ఎదగాలి. మట్టిగడ్డను బంగారాన్ని రాతిని సమంగా చూచేవాడే యోగి. సుఖాలయందు పొంగని వాడు, దుఃఖములందు విలపించని వాడు, తన స్వ స్వభావమును గూర్చి సదా ఎరుక కలిగిన వాడే యోగి.

రాయికి లేవు సుఖ దుఃఖాలు. మానవునకు హృదయ మొకటున్నదిగదా! అంటే ఆ హృదయం బుద్ధి యొక్క చెప్పుచేతల్లో ఉండాలి. తన వెనుక నున్న దివ్య పరిణామాన్ని తెలుసుకోవాలి. అలాకాని హృదయంలో జనించే వాంఛలకు, ఉద్వేగాలకు జీవితాన్ని వదిలివేయటం తెగిన గాలిపటంలా కొట్టుకు పోవటమే.

సుఖదుఃఖాతీతమైన ఆ ఉన్నత చేతనకు ఎదగటం ఎలా? కొందరికి వారి జన్మ పరిణామాన్ని బట్టి కొందరికి భక్తి వల్ల, నిష్కామ కర్మవల్ల, బుద్ధి స్థితి ప్రాప్తించవచ్చు. కాని వీరంతా చేతన యొక్క వివిధ అంతస్తులయందున్న వారే కాని అంతిమ స్థాయిని పొందిన వారు కారు.

ఆ అంతిమ స్థాయిలో రంగులేదు. రూపం లేదు. తానే లేదు. నీటిలో ఉప్పులా విశ్వ చేతనలో తన అస్తిత్వం కరిగి పోయింది. విశ్వమే లేని, తానే లేని చోట సుఖదుఃఖాల ప్రసక్తి యెక్కడిది? ఆ జ్ఞానము నందే సమస్త కర్మలు పర్యవసిస్తాయి.

విశ్వంలో సుఖదుఃఖాలకు తట్టుకొనే స్థైర్యం కావాలంటే విశ్వాన్నె దాటి పొమ్మంటే ఎలా అనే ప్రశ్న ఉదయించవచ్చు. ఆ అంతిమ స్థాయి లోనే సదా వుండి పొమ్మని చెప్పటం లేదు. తిరిగి బాహ్య జగత్తులో మనం నివసిస్తున్నప్పుడు తన నిజరూపమేమిటో తెలుసు కొని ఉండటం వలన ఆ ఎరుకతో తన కర్మలు నిర్వర్తిస్తాడు. అప్పుడతను నీళ్ళపై తేలే వెన్న. నీటిలో పద్మ పత్రము.

అద్వైత స్థాయి జీవితం యొక్క రహస్యాలను విడదీసి మన సాన్నిధ్యంలో లేకుండా నిరంతరం కొన సాగుతున్నాయి జనన మరణాలకు ముగింపు పెడుతుంది. అప్పుడు మానవుడు ప్రకృతి యొక్క లీల నుంచి విముక్తుడై స్వేచ్ఛను పొందుతాడు.

అద్వైత బ్రహ్మముతో ఏకమగుటకు, భిన్నాలమను మన మనోభావన నతిక్రమించుటకు యోగమే

రాచ మార్గము. అట్టి పర బ్రహ్మమునకు మనను లేవ నెత్తు దివ్య పురుషులే గురువులు.

దుఃఖ బంధుర మగు ప్రపంచము నుండి యీ యనిత్య రూప జగత్తు నుండి ఆనంద ప్రదము అమర మునగు దివ్య జీవనమునకు మనల నాయన వృద్ధరించును లోక మంధకార బంధుర మైనప్పుడు అట్టి మహాత్ములు కరదీపికల నెత్తి మానవ కోటిని వెల్గు దారుల పయ నింప జేస్తారు. గురువు లెల్ల గురువగు ఈశ్వర సంక ల్పము వల్లనే వారు జన్మింతురు. వారి హృదయము చిగురాకు వలె అతికోమల మైనది. వజ్రము వలె అతి కఠోర మైనది కూడా. సకలవిశ్వమునకు మంగళ దాయ కు లైన అట్టి సద్గురువుల నాశ్రయింప వలెను. వారి సే వలో నిమగ్నులమై స్వస్వరూపము నెరుగ వలెను.

మార్గము దుర్గమమైనది. శత్రువు లసంఖ్యాకు లు. మాయారూపులు, అసురులు. పర్వత మయమగు దారి. వాగులు, పులులు.

యీ యాత్రలో సద్గురువు మనకు తోడు నీడ

లై కష్టాలలో నెచ్చెలియై, సహాయకుడై, తల్లియై, తండ్రియై, సర్వ విధముల లాలించి. బుజ్జగించి, పెదిరించి (నీవు అతనికి సమర్పించు కున్న తీరును బట్టి) సైతము యీ వెలుగు బాట వెంట పయనింప జేస్తారు. వారు సర్వజ్ఞులు, ఉపరులు, అనుసరించు విధానము అసంఖ్యాకములు. అసూహ్యాములు. శిష్య శిక్షణలో వారు తాల్చు రూపము అనంతములు.

అయినను వారు సామాన్యులలో సామాన్యులై వర్తింతురు. వేష భాషాది బాహ్యాడంబరములకు అతీతులు. ఎంత రహస్యముగా లోకమునకరుదెంతురో అంత నిశ్శబ్దముగా తమ కార్యములనిర్వర్తించి నిష్క్రమింతురు. వారు కరుణా సాగరులు, ప్రేమ ప్రవాహులు.

లోకమున వేషధారులగు గురువులు అనేకులున్నారు. అంధుడు అంధునకు మార్గము చూప యత్నించుట అపహాస్య కరము.

బాధ గురువులు

వీరి కడివాక బ్రతుకు తెరువు. వీరు వంచకులు. అమాయకులగు జనులను మోసగించి తమ జీవితముల గడుపుకొందురు. జ్ఞానాసక్తులు. తరించ వలెనను తీవ్ర పిపాస కలవారు ఇట్టి బాధగురువుల పాల బడక సత్యసందర్శనము చేయిం

ప న్గురు దివ్యగురువునే వెదకి కొనవలెను. చక్కగా పరీక్షించి కాని ఎవరిని విశ్వసింపరాదు. అట్టి సద్గురువు నే ప్రసాదింప మని యీశ్వరుని ప్రార్థింపవలెను.

అట్టి సద్గురువు లభించిన పిదప వారి ప్రేమం మునము సంపూర్ణముగా ఆత్మార్పణ గావించ వలెను.

సమర్పణ మన : ప్రాణ శరీరములు గుర్వాదేశానుసారము నడచు నట్లొనర్ప వలెను. వైయుక్తిక మగు ఎట్టి ఆశా మోహములు వుండ రాదు. ఇంద్రియ జీవనమునై పెనుగు లాట లుండకూ డదు. ఈర్ష్యాసూయ, ద్వేషాహంకారములన్నియు తొలగింప బడవలెను. విధేయత, సమర్పణ. సంసిద్ధత ఇదియే సాధకుని ఆదర్శములు కావలెను. మన సమస్త ప్రకృతి గురుదేవుల స్వర్శాను గుణముగా రూపొందు టకు సిద్ధపరచవలెను. యీ పనిలో దివ్య జనని, గురు దేవులు సదా మనకు తోడై యుందురు. మన సమర్పణ సంపూర్ణమైన యెడల గురుదేవులు మన సమస్త ప్రకృతి ని దివ్యతరముగా మార్చి వేయుదురు. మనలోని చీకటి కోణములలో కాంతిని ప్రసరింప జేసి, మూలమూలల దాగి వున్న మాలిన్యమును తొలగించి దివ్యజనని సన్ని ధిని నిలుపును. అప్పటి మన జీవితము దివ్యానంద భరితము, దివ్యపరిణామ పరిపూర్ణమై యొప్పును.

అట్టి సద్గురువు లభించుటకై మనము హృదయపూర్వకంగా ఈశ్వరుని ప్రార్థించ వలెను. అట్టి ప్రార్థనలనాయన తప్పక ఆలకించును. సద్గురువుతోడుగా యీ సమస్త ప్రకృతిని జయించి దివ్య జనని చరణతలమును చేరెదము. జనని ఆశీస్సులనొంది. అనంతము అనిర్వాచ్యమగు పర బ్రహ్మ సాగరమున కరగిపోయెదము.

6

పురుషగతమగు శక్తియే ప్రకృతి. అందుచే ప్రకృతి పురుషుల భిన్నులని పేర్కొందురు. ఒక దినములోని,

దివ్య జనని రాత్రించబగళ్లవలె ఒక నాణెము యొక్క యిరు ప్రక్కలవలె బ్రహ్మము, శక్తి విడదీయ రానివి. జ్యోతినుండి దాని ప్రకాశమును విడదీయరానట్లు బ్రహ్మమునుండి శక్తిని సైతం వేర్పరచ లేము. అర్ధనారీశ్వరునిగా శివుని భావన చేయుట యీ సత్యమునే నిరూపించు చున్నది.

పురుషుడు కర్తృత్వ రహితుడై యుండ శక్తియే సమస్త సృష్టి పాలనను నిర్వహించు చున్నది. కాని ఈ శక్తి యొక్క ప్రతి కార్యము వెనక పురుషుడాధారభూతుడై యున్నాడు. పురుషుడు తెర వెనక నిలిచిన ఆధార తత్వము, ఆ ఆసరాతో సమస్త నాటకమును నటింపించునది శక్తి. ఆ శక్తియే దివ్యమాత. ఇట్లు పురుష ప్రకృతులుగా పేర్కొనుట వాచ్యార్థమే కాని నిజమునకు వారభిన్నులని మరవ గూడదు. మాత యొక్క నిర్గుణ తత్త్వమే బ్రహ్మము.

ఈ ప్రకృతి-పురుష లీలయే సమస్త సృష్టి. అందుచే విశ్వమంతయు బ్రహ్మమే. విశ్వమున కతీత మైన నిర్గుణ తత్త్వమూ బ్రహ్మమే. బ్రహ్మమునకు భిన్నమైన దేమియు లేదు. కాని మన వైయుక్తిక అహంకారము నధిగమించ వలెను. అప్పుడే సర్వత్రా భగవద్దర్శనము గొందుట కర్హత సంపాదించు కొనిన వారమగుదుము.

విశ్వ జనని అనంత కరుణా మూర్తి. ఆమె ప్రేమకు అవధులు లేవు. ఉత్థానపతనములు కల్పించుచున్నా మె నిరంతరము పరిరక్షించుచున్నది. కాని ఏ కొందరో అదృష్టి యొక్క నిజ తత్త్వమును గ్రహించి విశ్వమాతను సేవించి ఆనందపడుచున్నారు. తక్కిన కోట్ల కొలది జను లజ్ఞానమునందు వాయువు దుమారములోని ఆకుల వలె త్రిప్పబడు చున్నారు.

విశ్వ జనని యోగ మార్గమున, అజ్ఞాతముగ మున దర్శనమిచ్చును. ఆమె శక్తియే మూలాధార ము నుండి కేవలి అహంకారము ద్వారా పనిచేయు చున్నది. నిజమునకు ఈ కుండలిని సాధించుకొని యున్న విభిన్న వ్యక్తులు ఈ అంతస్సృష్టి సర్వము

దివ్య మాతృ శక్తియే, ఆ ఏక చైతన్యము వివిధ అంత స్థులలో చెందిన రూపాంతరములే యీ త్రిగుణములు పంచ భూతములు యీ సమస్త సృష్టియు.

అమ్మ నిజ సాక్షాత్కారము ఆజ్ఞా కమలమందే లభించినను, నిజమైన ఆర్తితో, ఆవేదనతో ప్రయ- త్నించు సాధకునకు అంతకు ముందే అనేక రూపము లతో కన్పించి ఉత్సాహ భరితుని చేయును. గురుదేవు లు, జనని సదా తోడై యుందురు. కాని సమర్పణ, విధేయత, భక్తి ప్రపత్తులు ఆవశ్యకములను విషయము లను మరవరాదు. ఏనాడు నీ ఆదర్శము నుండి చలిం తువో, అప్పుడు వారును నీకు దూరమగుదురు చీకటి-వెలుగులు సహజీవనము చేయజాలవు కదా!

బాధలలో, అసుర శక్తులతో యుద్ధ పోరాటము లో జనని మన కిచ్చు ప్రోత్సాహము, ధైర్యము వర్ణ నాతీతమైనవి. ఆమె మన కన్నతల్లిని మించిన కోటి రెట్ల ప్రేమతో మనని సమీపించును. ఆ మాతృ హృద యము ఒక పరి కంట తడి పెట్టును. మరొకసారి రౌద్ర మూర్తి యగును. ఇవి అన్నియు సాధకుని సమర్పణా స్థాయిని బట్టి యుండును. ఆమె యొక్క వివిధ రూప

ములు ఆమె వివిధ శక్తులకు ప్రతీకలు. ఈ రూపము ను ఆయా సందర్భము లందు సాధకుడు దర్శించ గల్గును.

ఆకాశమంత ఎత్తుతో హస్తములందు వివిధ ఆయుధముల దాల్చి కాళీ రూపంతో జనని కల్పించిన వ్వరలోనే గుణములు, దుష్ట శక్తులు నాశమొందు నని గుర్తించవలెను.

ఆజ్ఞా కమలమునకు క్రింది భాగంలో, విశుద్ధ కమలంపు పైభాగంలో ఆకాశస్థానం యొక్క పైభాగము న అనగా జ్ఞాత యొద్ద మహాలక్ష్మి రూపములో జనని కల్పిస్తుంది. ఆ స్థానము ఇహపరాలకు సరిహద్దు. మన లో విశుద్ధ చక్రము వరకు గల స్థానమంతయు విభి- న్న దుష్ట శక్తుల ఆవాసమే. ఈ పంచ కమలముల ఛేదించి, జ్ఞాత పొరలను చీల్చి విశుద్ధులమగు మనని జనని మహాలక్ష్మి చిదానందమయమగు ప్రస్తుత స్థితికి ప్రవేశింపును. ఇదే కోట. సాధకుడు కృష్ణుని సైతం దర్శింపగలడు. మహాలక్ష్మి, శ్రీకృష్ణుడు ఒకే విషయ- మునకు ప్రతీకలు [Symbols]

ప్రతి సారి ప్రయత్నించి విఫలమైనను ఆమె

తిరిగి నూత్నోత్సాహంతో తన బిడ్డల వున్నతికి ప్రయత్నించును. ఆ ప్రయత్న విధానములు అనుభవైక వేద్యములు.

మూలాధారమున కుండలినీ రూపంలో నిద్రితమైన మాతృశక్తి మేల్కొని షట్చక్రములను భేదించుకొని వెళ్తున్నప్పుడు నిర్వచనము కాని మహానందము, పరమశాంతమగు తన్మయత. ఒక్క 'జిగేల్' మనిపించు దివ్య ప్రకాశము సాధకుని అనూహ్యముగ దివ్య శక్తిసంపద భరితుని చేయును. మన మనః చేతనా భౌతిక ప్రవృత్తులు. హృదయము, మనః పూర్ణముగా సంపూర్ణముగా దివ్యమాతకు సమర్పించ బడినప్పుడు, జనని తన నిజరూపము తో సాక్షాత్కరించును.

అప్పుడు మనము గమనించు యీ ప్రపంచమే నూతన అందాలతో కన్పించును. పూవు గాలి విసురులో సౌమ్య పరిమళంలో, ప్రతి మనిషిలో కనిపించు సద్బుద్ధిలో సర్వత్రా దివ్యమాతృ చైతన్యమే భాసింప నారంభించును. ఆమెయే తన హస్తములతో మనలను నడిపిస్తున్నట్లు, ఆమె యందే నివసిస్తున్నట్లు అనుభూతి పొందగలము.

అప్పుడే ఉదయాస్తమానములు. వెన్నెల రాత్రులు నిబిడాంధకారపూరితమావాస్యలు జీవితంలోని సుఖదుఃఖాలు, వెల్గు నీడలు సర్వము ఆనంద ప్రదమై కన్పట్టును. మన నరనరంలో నిర్భరమగు శక్తి ప్రసరణము ననుభూతి చెందగలము. అప్పుడే సమస్త జగత్తు సైతము తృణ ప్రాయమై కనిపించును. ఈ విశ్వనాటకమున. ఈ మహాద్భుత చిత్ర ప్రదర్శనశాలలో ప్రేక్షకులుగా మారిపోతాం. అప్పుడు మనం సృష్టిలీల నుండి విముక్తులము, సాక్షీమాత్రులము.

జగజ్జనని విభిన్న విధముల జ్ఞానమును నిచ్చి రక్షచేసి. సలహాలనిచ్చి జీవితమున చీకటినుండి వెలుగులోకి వృద్ధింపును. తానే సాధకులలో నిల్చి వివిధ వాదములను త్రిప్పి ఒక్కొక్క మెట్టుగుండా సాధకుని పైకి తీసుకొని పోవుచు జ్ఞానమును బోధించి అనుభూతి నొసంగి. ఒకనాడు తానే వైరాగ్యమై తన వెనక నున్న అనంత బ్రహ్మానందమునకు దారి చూపుచున్నది. ఏవిధంగా త్రిగుణాత్మకమగు ఈ సృష్టి చేసిందో అదేవిధంగా తన మాయనుపసంహరించి మన స్వస్వరూప సాక్షాత్కారమును సాధ్యము చేయుచున్నది.

దివ్య మాత అనుగ్రహము లభించిన దివ్యుడు
మా విశ్వంలో మరణనిర్భయులై దివ్య కార్యములు
నిర్వహిస్తారు అప్పుడు సమస్తము తేజోభరితమై,
దీప్తివంతమై, ఆనంద దాయకమై యున్నను,

7

యోగ సాధనకు సన్యాసులు గృహస్థులను భేద భావ మేమియు లేదు. ఒకడు తన పూర్ణ చేతనను సాధన పైనే కేంద్రీకరించును. మరియొకడు వివిధ వ్యాపారముల నెరవేర్చుచూ భగవంతునిపై మనస్సు నిల్పవలెను. వొకటి కేవల మీశ్వరునే నమ్ముకొని బ్రహ్మము నందు నిమగ్నమగుటయే ప్రధానోద్దేశ్యము గా గలది. మరియొకటి ఈశ్వరుని సగుణ, నిర్గుణ తత్త్వము లందును దర్శించ గల్గునది. ఈ సమస్తము భగవంతుడే యైనపుడు దేని నీవు పరిత్యజింప గలవు?

ఈ సమస్తము భగవంతుడనుట నిజమే. కాని ఆ ఏక తత్త్వమే ప్రకృతి పురుషులుగా విభక్తమై సృష్టి ఏర్పడినది. ఇప్పుడు పురుషుని యొక్క ఎరుక లేని ప్రకృతి వినాశకరమైనటు వంటిది. అవి అంధ శక్తులకు నిలయము. పురుషుని అనగా నిర్గుణ బ్రహ్మస్థాయి నెరుగ వలెను. అతడు సన్యాసి కాని, సంసారి కాని ఇంద్రియములను జయించ వలెను. ఐహిక జీవితపు పరిధుల నధిగమించ వలెను. అట్లు దాటిపోనిదే ప్రగతి అసాధ్యము. వైయుక్తికమగు ఆశను, కామమును,

ఇంద్రియ భోగాలాలసతలను జయించి బ్రహ్మమున లీనము కావలెను. అప్పుడీ సమస్తమును బ్రహ్మముగానే అతనికి కన్పట్టును. అతను నిండు చెరువులో మునిగిన చేప. పైన నీరే, క్రింద నీరే, చుట్టుప్రక్కల నీరే. అట్టి విజ్ఞాన స్థితి కెదిగి జీవించుటే ప్రధానము కాని సన్యాసము, సంసారము అను వేషధారణములు అప్రధానములు,

ఈ సృష్టికి ఒక లక్ష్యమేమియు లేదా? వైష్ణవులు బౌద్ధులు, పేర్కొనినట్లుగా ఇది తన పూర్వోత్కృష్ట స్థితినుండి పతనమగుట వలననే సంభవించినదా? ఈ సృష్టినుండి తప్పించుకొనుటే మానవుని లక్ష్యముగా నుండవలెనా?

తన పూర్వోత్కృష్ట స్థితినుండి పతనమగుట వలననే సృష్టి ఉద్భవించినది. కాని తిరిగి పూర్వస్థితిని చేరుటకు వలయు సామగ్రి యంతయు ఈ సృష్టి యందున్నది. క్రమక్రమముగా పరిణామము ద్వారా సృష్టి తిరిగి దివ్య చేతన నెరుగుచున్నది. జగత్తును ఈ పరిణామము ఊర్ధ్వక్రమమునందు సక్రమముగా నడిపించుటకు ఈశ్వరకోటి లోని మహాత్ములు అప్పుడప్పుడు జన్మించుచుందురు. వారు వైయుక్తిక జీవనమును పరిత్యజింతురు.

ధర్మస్థాపనకు జ్ఞాన ప్రచారమునకే జీవితమును అంకితము చేయుదురు. అట్టి వారికి బాహ్యాంతర బంధనము లేవియు లేకుండుట ఆవశ్యకము.

అందుకే యీ రెండు ఆశ్రమము లందు దేని విలువలు దాని కున్నవి. సన్యసించుట జగత్తు మిథ్య అను భావంతో కాకుండా జగత్తుగా ఆకృతి దాల్చిన బ్రహ్మము యొక్క ఆరాధనకై సేవకై కావలెను. అందుకే యీ అల్ప బంధములను మానవుడు త్రెంచి వేయవచ్చును. సమస్త మానవాళికి సన్యాసమే ఆదర్శము కారాదు. అష్టభోగలాలసా పూర్ణమైన తన ఆత్మను మరచి పోయిన ఇంద్రియ జీవనము సైతము గర్హనీయమే. అది జీవిత లక్ష్యమునే భంగ పరచును.

8

సాధనా విధానము

మెలకువ జాగ్రదవస్థలో మన చైతన్యము బాహ్యముఖముగా పని చేయుచున్నది. అందువల్లనే మనం లోక వ్యవహారముల నెరవేర్చు కొనగల్గుచున్నాము. అంతర్దృష్టి ఏర్పడవలెనన్న యీ బాహ్యముఖమగు చైతన్యము అంతర్ముఖము కావలెను. అట్లు చేయవలెనన్న మనలోని ప్రాణశక్తిని వశమొనర్చు కొనవలెను. ఏ శక్తి మనలో ఆత్మగా మనస్సుగా వ్యక్తమైనదో, అదియే ప్రాణముగా, దేహముగా రూపాంతరము చెందినది. మనము ప్రాణమును నిరోధింప గల్గిన యెడల మనస్సును సైతం నిరోధింప గలము, ఆత్మ సాక్షాత్కృతి నందగలము. ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసములుగా మన ప్రాణశక్తి వ్యక్తమగుచున్నది. సర్వ సృష్టికి మూలమగు 'ఓం' కారమునే ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాస ద్వారా జపించు చున్నాము.

ఉచ్ఛ్వాసమే పూరకము
నిశ్వాసమే రేచకము.

ఆగి పోగా లేదా సుషుమ్నాంతరము కాగా కుంభ
కము.

కుంభకము సిద్ధించి నపుడు ఓంకారము
యొక్క స్మృతిలో జీవుడు తనపూర్వ స్థిత్యన్వేషణ
ము సాగించుచూ వివిధ కమలముల ద్వారా ఊర్ధ్వ
ముఖ ప్రయాణము సల్పును. అప్పుడు మన బాహ్య
చైతన్య మంతర్ముఖమై ప్రాణ శక్తి ఊర్ధ్వంగా ప్రవ
హించును. క్రమముగా సాధకుడు దివ్యాను భవముల
పొందుచుండును. రోజూ ఉదయము 4 గంటల నుండి
6 గంటల వరకు ధ్యానము చేయవలెను. ఎందుకనగా
ఆ మధ్య కాలంలో జీవుడు సహస్రారానికి వయనిస్తాడు
ప్రకృతి, పరిసరాలు ప్రశాంతంగా ఉంటాయి. ఇక
సాయంత్రము 5 నుండి 7 గంటల వరకు ధ్యానం
చేయటం కూడా ఉత్తమమే రెండుపూటలు వీలుకాని
వారు ఉదయం ఒకసారి మాత్రం తప్పక చేయాలి.

ధ్యానమునకై నిర్ణయించు కొనిన గది ఎప్పు
డు పరిశుభ్రముగా నుంచవలెను. ఏమలు, దోమ-కలు.

చేరరాదు, విపరీతమైన గాలి రాని, వెలుతురు రాని ప్రవేశించకూడదు. స్నానానంతరము ఆ గదిలో ప్రవేశించి జపాసి, గురుదేవులను నమస్కరించి ఉత్తర లేదా పూర్వదిశాభిముఖులై కూర్చుండుము. పద్మాసనమే అక్కరలేదు. మామూలుగా కూడా కూర్చుండవచ్చును. అందరికి ఒకే విధమైన ధ్యాన పద్ధతి సరిపడక పోవచ్చును. ఎందుకనగా మనుష్యులు భిన్న ప్రకృతులకు చెందినవారు. అందువల్ల వారి వారి ప్రకృతికి సరిపడే మార్గమే అనుసరిస్తే బాగుంటుంది. సద్గురువును మనము చేరినప్పుడు మనకు సరిపడే మార్గాన్ని ఆయనే చూపిస్తాడు. ఇందులో ప్రధానమైనవి రెండు. ఒకటి తలలో మనస్సును కేంద్రీకరించటం, రెండవది హృదయములో. మొదటి దానికి దేహాత్మ విచారము, వైరాగ్యము అవశ్యకమైనవి. రెండవ దానిలో భక్తి, సమర్పణ, ప్రేమ ప్రాధాన్యత వహిస్తాయి. అలాగని ఈ రెండును ఇలా కచ్చితంగా విడదీయటానికి వీలు లేదు. ఆత్మానాత్మ విచారము చేసే సాధకుడు భక్తి పూర్ణమైన పిలుపుతో అమ్మను పిలువక తప్పదు. సమర్పణతో ప్రధానంగా గల సాధకునికి ఆత్మవిచారం అవసరమే.

అనుకూలదాంపత్యము అతిప్రధానము. జీవితము ఇంద్రియ తృప్తి కొరకే కాదని మహాత్మర

గమ్యముగ చేరుటకై సాగు యాత్ర అని దంపతులు గ్రహించ వలెను. ఆత్మ, బ్రహ్మము అనునదే లోకమును వదలి అరణ్యంలో తపస్సు చేసుకొనుట అను అభిప్రాయము మార వలెను. జీవించుట అనేది గొప్ప కళ. ఆ కళలో మనని నిష్ణాతుల చేయునదే యోగము. సంగీత, సాహిత్యాది వివిధ కళలు బ్రహ్మము యొక్క వివిధ కోణములు ప్రతిబింబించు చున్నవి. రసదృష్టి దివ్యదృష్టిగా పరిణతి చెందినప్పుడు యీ సమస్తము దివ్యానందమునకు మనలను చేరనెత్తు సాధనములు కాగలవు. పచ్చగడ్డిపువ్వు, మెరుపు, నీలాకాశంలోని నీల మేఘము, ఉదయ సంధ్య – ఇవి యేవి అనరేల. సమస్తము ఆనందమే! ఆనందమునకు భిన్నమైన దేమియు లేదు. రస వ్యక్తి చేతన పరమోన్నత స్థితిలో లీనమైనప్పటి స్థితి అది. మన చేతనాంతస్థమైన శక్తియే యీ సుఖదుఃఖముల అనుభవము. చేతనను ఉన్నత స్థితికి గొని పోవుట ప్రధానము. యీ కళల యొక్క లక్ష్యము మానవునకు తనను తాను తెలియజేయునదే కాని, సాంఘికార్థ కాని పరిమాణ సాధనము కాదు. ఆ ప్రమాణమునకై ఒకరు కళను ప్రయోగించవచ్చును. కాని అట్టి కళ అల్ప లక్ష్యమునకే ఉపయోగింపబడిన దగుచున్నది,

గతి, నాదం, రూపం, రంగు ఇవి లీలయే కదా యీ విశ్వవ్యాప్త ప్రపంచం. ఇది లోనే, ఇది

యందే మనం జీవిస్తున్నాము. ఈ వివిధ విధముల బ్రహ్మము ఎట్లు రూపొందినది. అందు నిమిత్త కారణమేది? ఉపాదాన కారణ మేది? పురుష ప్రకృతుల వివేచన. అట్టి వివేచనతో సదా జీవితమును గడుపు వాడు సాక్షి మాత్రుడే కాని, బద్ధుడుకాడు. అట్లు జీవించుటే యోగము.

అర్జునా! నాయందు మనస్సుంచి యుద్ధము చేయుమన్న శ్రీ కృష్ణ భగవానుని దివ్యోపదేశమిదియే కదా!

ఆహారము

మనస్సుకు ఉద్వేగము కలిగించు పదార్థములను సాధకుడు స్వీకరించ కూడదు. వొక వైపు చలన కారకములగు పదార్థముల భుజిస్తూ నిశ్చలత్వమును సాధించుట వెర్రి పని. ఉప్పు, కారము, పులుసు మిక్కిలిగా వాడ కూడదు. ఏదీకాని శృతి మించ గూడదు. "అతి సర్వత్రా వర్జయేత్" అను నానుడిని ఆహారాలా అమలు పరచవలెను.

"యుక్తాహార విహారస్య
యుక్త చేష్టస్య కర్మసు
యుక్త స్వప్నావ బోధస్య
యోగో భవతి దుఃఖహా"

తా॥ ఆహార నియమము, విహార నియమము కర్మలను మితముగా చేయుట, మితముగా నిద్రించుట, మితముగా మేల్కొని యుండుటను అభ్యసించు వానికి ధ్యాన యోగము దుఃఖములను పోగొట్టునది కాగల్గును.

యిది సర్కస్ తీగపై నడుచు మనుష్యుని స్థితి వంటిది. ఏ మాత్రము మనస్సు చెదిరినా క్రింద పడిపోతాడు. ఏ ఆహారము వలన తన మనస్సు నందు ఏ మార్పు కల్గుచుండునో ఎల్ల వేళల కనిపెట్టుచుండ వలెను.

బ్రహ్మచర్య జీవితము గడుపు సాధకుడు పుష్టి కారములను పూర్తిగా త్యజించి నిలవ గట్టిన చాలా మంచిది. లేని యెడల అతి తక్కువగా వాడ వలెను. తీవ్ర సాధన దశలో పాలు, పళ్లు వాడిన ఉపయోగకరముగా నుండును. అపరిశుద్ధుల చేత వంటకముల భుజింపరాదు. సులభముగా జీర్ణమగు ఆహారమునే భుజించ వలెను. ఉల్లిపాయ, టమాట, చింతపండు, ముల్లంగి వంటి తమోగుణ కారక వస్తువుల పరిత్యజింప వలెను.

9

ప్రాథమిక అనుభవములు

ప్రతి దినము ఇట్లు అభ్యసించుచుండగా మనకు అనుభవములు కలుగ నారంభించును. 15, 20 రోజులలో శరీరములో ప్రాణ సంచలనము గమనింతుము. జలదరింపులు చీమలు పాకి దేహం లోని వాయువు పైకి ప్రవహించ మొదలిడును. క్రమముగా శరీరమున స్పర్శ నశించును భ్రూమధ్యమున వెలుగు కన్పించును. ఆకాశము, నక్షత్రములు, వెన్నెల మొదలగు అనేక దృశ్యములు కన్పించును.

చెప్పినట్లు ఈ జపము అలవాటైన పిమ్మట తనకు తానే ఎల్లవేళల దానినే కొనసాగించు చుండును. జాగ్రత్స్వప్న సుషుప్తులందును అజపా జపము కొనసాగుచుండును. నిద్రలో చిత్ర విచిత్రానుభవముల పొందుచుండును దివ్యమయములగు ప్రకృతి దృశ్యములు, దేవాలయములు, మహాపురుషులు కన్పించును. అజ్ఞాత ప్రదేశములందు సంచరించుచున్నట్లు

అనుభవములు కలుగును.

నేను పల్లమునకు ప్రవహించు నీటి వలె మనస్సు సహజముగా ఇంద్రియ విషయముల వైపు ప్రసరించును. అట్లు ప్రవహించుట దానికి అనేక జన్మల నుండి అభ్యాసము. శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధముల చేత ఆకర్షితమగు మనస్సును వాని నుండి మరలించి, ఇంద్రియ నిగ్రహమును సాధించవలెను. మనస్సును దాని పరా ఙ్ముఖ అలవాట్ల నుండి మరలించుట అంత సులభము కాదు. అందువలన సహజముగానే సంఘర్షణ తలెత్తును. అంతర్ముఖ దృశ్యముల ద్వారా మనకు కన్పించును వాటి మహాత్మ్యములను తెలుసుకోవలెను. ఇవి కలుగు ద్వారా వ్యక్తి పెరుగును. సాధకుని మార్గముగా నుండు వాటి నిజార్థములను వివరించుచున్నాను, ఇవి అన్నియు మనలోని మార్పులు, అనుభవ లక్షణములని గ్రహించవలెను.

1 పాములు:- ఇవి చిన్న కట్టెపాముల వద్ద నుండి కొండచిలువల వరకు ఏ రూపంలోనైనా కన్పించును. ఇవి మనస్సులోని లైంగిక వాంఛకు ప్రతీకలు

2 తేలు, దున్న, ఆబోతు. ఇవి అన్నియు దుష్టగుణములకు చిహ్నములే. ఇవి అనుభవములలో మనని ఒంటరిగా విరోధించుచున్నను.

3 గడ్డము, మీసములు విపరీతముగా పెరిగిన వికార స్వరూపులగు మనుష్యులు.

4 గాడిద, కోతి, గుడ్లగూబ వంటి పక్షులు.

5 రేచు కుక్కలు, కాకులు, గ్రద్దలు.

6 కోతులు, ఏనుగులు, ఎలుగు బంట్లు, పులులు సింహములు.

7 బుల్ డోజర్లు, లారీలు, సైకిల్ మోటార్లు వాటి నెక్కిన మనుష్యులు.

8 మల మూత్రములు, పేడతో కూడుకొనిన దుర్గంధ ప్రదేశములు నిమ్న ప్రకృతికి చెందినవని గ్రహింపవలెను.

9 బూజు పట్టి, ధూళి, ధూసరితమైన ఇల్లు మన మనో మాలిన్యతను సూచించును.

10 వికార స్వరూపులు, మలిన దేహులగు మనుష్యుల వద్ద నీ. ఫలహారములు గ్రహించుట గుణములకు లొంగి పోవుటను సూచించును.

11 చుట్ట, లేదా సిగరెట్టు త్రాగినట్లు కన్పించుట తమో గుణమునకు లొంగి పోవుటను సూచించును.

12 గుణములు దొంగలవలె కూడా కన్పించును

13 చెరువులలో, బావులలో స్నానము చేయుట బురదలో కూరుకొని పోవుట, గోతులలో పడుట, ఇవి మనము భ్రమలో పడు ప్రమాదమును సూచించును.

14 మూలాధారము నుండి విశుద్ధము వరకు గల ప్రయాణమంతయు ఒక భయంకరారణ్యము గుండా జరుగుచున్నట్లు కన్పించును.

15 టమాటోలు; మామిడి కాయలు; ఎండు మిరపకాయలు వేరము చేయుట లేక తినుట గుణములకు లొంగి పోవుటే.

16 దంతములు రాలి పోవుట పాత ప్రకృతి విధ్వంస మగుటను సూచించును.

17 రంగు రంగుల నదులలో కొట్టుకొని పోవుట; మహా సముద్ర తరంగములు మనని ముంచి వేయ యత్నించుట రానున్న ఆపదలకు [యోగ సంబంధమైన] గుర్తులు.

18 కారు మేఘములు కూడా మనస్సు యొక్క అస్తవ్యస్త స్థితికి సూచకములు.

19 కుష్టు వ్యాధి పీడితుల వలె, మనకు పరిచయమున్న కొన్ని ప్రత్యేకమగు పేర్లు గలవారి రూపంతోనూ అవి కన్పించును.

20 మేక కన్పించుట కామమునకు గుర్తు.

21 విపరీతమగు నూనె పదార్థముల భుజించుట.

మన భవిష్యత్తుకు సంబంధించిన సమాచారమును తప్పుగా పలికి మనను పథ విహీనులను చేయు

యుత్పించును. కాని ఏది అసుర శక్తియో ఏది దివ్య శక్తియో సాధకుడు నేర్పుగా గ్రహింప వలెను. అవి మన గురువు రూపం తోనూ కన్పించవచ్చును. అయినను దానికేదైన ప్రమాదమో అప్రతీకర ఘటనమో తప్పక జరుగును, అందువలన అది మాయ యని గుర్తింప వలెను.

మన యొక్క ఉన్నత స్థితిని సూచించు మరి కొన్ని దృశ్యముల గూర్చి తెలుసుకొందము.

1 నలు దిక్కుల మంటలు క్రమ్మి సమస్తము దహింపబడు చున్నట్లు కన్పించిన తనలోని కల్మష మంతయు దగ్ధమగుచున్నట్లు తెలుసుకొనవలెను.

2 చిలుకలు హంసలు మనలోని శుభగుణములు

3 కాకులు, గ్రద్దలు, దుర్గుణములు.

4 చిలుకలు గ్రద్దలు కొట్లాడుట మన లోని సురాసుర శక్తుల సంఘర్షణ మని గుర్తింప వలెను.

5 నీటిలో బోటుపై పయనిస్తున్నట్లు కన్పించుట పురోభివృద్ధి సూచకము.

6 ఏకతార లేక వీణ వాయించుట మనస్థితి సక్రమముగా నుండి అభివృద్ధికి సంసిద్ధతను తెల్పు చుండును.

7 అనుభవములో మాంసము తిన్నట్లు కన్పించు
వ వెంటనే మంచి అనుభవము కలుగునని గుర్తించ
వలెను.

8 గురుదేవులు మురళినూదుచూ పాడుచున్నట్లు
కన్పించుట ఈశ్వరుని పిలుపును సూచించును.

9 తాను రెండెడ్ల బండి నెక్కి యుండ అది
సక్రమముగా నడచుచున్నట్లు కన్పించుట మన మనో
నిశ్చలత్వమునకు గుర్తు.

10 ఎడ్లు పరుగెత్తి కాని, పోట్లాడు కొని గాని
బండిని పడవేసిన త్వరలోనే గుణములు చెలరేగునని
గ్రహింప వలెను.

11 కొండల నెక్కుట, రైళ్లలో పయనించుట.
విమానములలో పయనించుట, పెద్ద మేడలలో ఒక
అంతస్తు నుండి మరో అంతస్తుకు ఎక్కుట, ఉన్నతి
స్థితికి పోవుటను సూచించును.

12 గుర్రముపై పయనించుట కూడా ఉన్నతి
స్థితి సూచకమే.

13 గాడిద ఎప్పుడూ మనలోని అసహ్యా వాతా
వరణమునే సూచించును,

14 వీణా, వేణు, ఘంటా, మృదంగాది శబ్దము
లు కూడా మంచి అభివృద్ధిని సూచించును.

15 పచ్చని పైరు లేదా కోతకు వచ్చిన పైరు
కూడా శుభ సూచకములే.

16 చీపురు తో ఇల్లంతయు వూడ్చుట. అటుల
ను మనస్సును పరిశుద్ధ మొనర్చుటయే.

17 క్షౌరము చేసికొనుట; బట్టలు ఉతుకు కొనుట
మొదలగు దృశ్యములు కూడా అట్టివే.

18 పందులను, ఎలుకలను చంపుట దుష్ట శక్తు
లను చంపుటన్నట్లే.

19 రివ్వున అంతరిక్షమున కెగిరి పయనించుట
విశిష్టులగు మహాత్ములతో సంభాషించుట ఔన్నత్య
సూచకములు.

ఇవి అన్నియు ఒకనాడు కన్పించు దృశ్యము
లు కావు. కొన్నేళ్ళ సాధనా సారాంశమిది. ఇవి అగపడు
టకు కొన్నేళ్ళ సాధన అవసరమగును. మొత్తము
మీద ఇది ఒక మహా సంగ్రామము. సాధకుడు యీ
విభిన్న దృశ్యములను దర్శిస్తూ ముందుకు సాగి పోవల
ను. జాగ్రత్తతో అను దిన ధ్యాననిష్ఠుడై యుండవలెను.
మాయా దృశ్యము కన్పించగానే నీవు దానితో 'ఇది
మాయ' అన్న యెడల ఆ దృశ్యము పోయి ఉన్నత
దృశ్యము కన్పించును. మాయ వికార రూపముతో
కన్పించిన యెడల నీవు శ్రీ గురుదేవుని స్మరణ
మొనర్చిన అది భస్మమై పోవును, లేదా పారిపోవును.

మన నిజస్వరూపమగు బ్రహ్మముగూర్చి సదా తెలివొంది యుండవలెను. ఈ సంగ్రామమున మన సమర్పణా స్థాయిని బట్టి జనని, గురుదేవుల సహాయము సదా మన వెంటనే ఉండును. మన తరఫున వారూ యీ దుష్ట శక్తులతో పోరాడుదురు. కొన్నాళ్ల సాధన వలన తనలో అసుర శక్తులెవ్వియో, దివ్యశక్తు లెవ్వియో సాధకుడు గుర్తింప గలుగును. క్రమముగా యీ దివ్య శక్తులు విజయము సాధింతురు, వారు పతాకము లెగుర వేయుదురు. విజయ గీతము లాలపింతురు.

ఇవి యన్నియు జనని అభీష్టము ననుసరించియే జరుగును. ఆమె తానుద్ధరించు కొనదలచిన వారిని సర్వవిధములగు భయాందోళనల నుండి, సమస్తాపదల నుండి. ప్రకృతి ప్రలోభ్య మోహములనుండి, తప్పించి పరమ పదమును ప్రాప్తింప జేయును,

కాని మన సర్వ ప్రకృతి యొక్క సంపూర్ణ సమర్పణ మావశ్యకమను విషయమును మరువరాదు,

10

" లక్ష్యచ్యుతం చేద్యది చిత్తమీషద్
బహిర్ముఖం సన్నిపతేత్తత స్తతః
ప్రమాదతః ప్రచ్యుత కేళి కందుకః
సోపాన పంక్తౌ పతితో యథా తథా । "
(వివేక చూడామణి ౩౨౫ శ్లోకము)

" మనస్సు తన లక్ష్యము నుండి మరలి బహిర్ముఖమైన ఎడల పైమెట్టు నుండి జారిపడిన బంతివలె అంతకంతకు ఆపదలు అధోగతిని పొందు చుండును. "

అంధకారము నుండి వెలుగు లోనికి తనలో పరివర్తన జరుగు సమయమున సాధకుడు తన సర్వ ప్రకృతిని గూర్చి అతి మెలకువగా నుండ వలెను తనలక్ష్యము దృశ్య ప్రపంచము కాదని పరబ్రహ్మమే యనియు సదాజ్ఞప్తి యందుంచుకొనవలెను అంతయు

బ్రహ్మమయమే యైనను ఆ జ్ఞానము కలుగుటకైతే నిర్గుణ బ్రహ్మస్థాయి కెదుగుట ఆవశ్యకము. కావునా సాధన దశయందు దృశ్య విషయములపై భ్రాంతి ప్రవేశించ కుండా చాలా జాగ్రత్తగా నుండవలెను. ఇంద్రియ విషయములమెడ ప్రాకులాట ఎంత మాత్రము ఉండ రాదు. అది తనున్నతాను ఒక మహాగిరి శిఖరము పైకి చేరవేయుట వంటిది. గుడి నుండి మనస్సెప్పుడు తప్పి నను ప్రక్కనున్న అగాధములో పడి పోవును. తిరిగి కోలుకొనుట చాలా అరుదు. అగాధమను తమస్సు మానవు నాక్రమించును. ప్రాణ ప్రకృతిలోనూ మన స్సులోనూ తీవ్ర సంచలనము సంభవించును. ఫలిత ము అశాంతి. ఆవేదన, అనారోగ్యము, విషాదము. మనశ్చాంచల్యము.

ఒకసారి నిన్ను నీవు సమర్పించుకొనిన పిదప (పరివర్తనాతీత స్థితి ప్రాప్తించక ముందే) నీ స్వీయా హంకారమునకు పాత్రుడవైన సంభవించు మిశ్రస్థితి అది. అందుకే నీ అహంకృతి నధికముగా ఆకర్షించు విషయముల నుండి దూరముగా మెలగుము. తాబేటి వలె సదా నీ ఇంద్రియములను ఇంద్రియార్థముల నుండి మరలింప సమర్థుడవై యుండవలెను. దేనికి పాత్రుడవైనను ముంచికేగలేవు. ఇతరుల వైముక్తిక

విషయాంతో అధికంగా తాదాత్మ్యం చెందరాదు. వారిని గూర్చి, వారి వ్యక్తిత్వాన్ని గూర్చి చింతించుట వలన, వారి సన్నిధిలో అధికంగా ఉండుట వలన నీపై వారి ప్రకృతి యొక్క ప్రభావం పడుతుంది. ముఖ్యంగా స్త్రీ పురుషుల మధ్య ఎలాంటి ప్రాణ ప్రకృతి యొక్క (కామ సంబంధమైన ప్రభావము లేని స్నేహము చాలా అరుదు. నిజంగా పవిత్ర భావంతో, సహృదయతతో, ఆత్మిక ప్రేమతో ఎదుటి వారిని సమీపిస్తున్నానని తలచినా. కొన్నాళ్ళ గడిచిన తరువాత ప్రాణ ప్రకృతి యొక్క వలలో చిక్కుకొన్నట్లు గమనిస్తారు. అలాగని ఎలాంటి దైవిక సంబంధాలు ఉదాత్తమైన స్నేహాలు స్త్రీ పురుషుల మధ్య లేవని కాదు. కానీ చాలా సందర్భాల్లో అవి విఫలం కావటానికే అవకాశం ఎక్కువ. ఈ జాగ్రత్తలన్నీ ప్రారంభ దశలో అవసరం లేవు. సాధకుడు ఒక ఉన్నత స్థితికి చేరిన తర్వాతే ఈ విషయాల్లో చాలా శ్రద్ధ వహించాలి.

ఇదిలా ఉండగా గృహస్థుల మాటేమిటనే ప్రశ్న ఉదయిస్తుంది. ఒకడు ఏం చేస్తున్నాడనేది ముఖ్యం కాదు ఏ చేతనతో చేస్తున్నాడనేది ముఖ్యం. అయితే అలాంటి ఉన్నత చేతన కలగడానికి సాధనకు కొంత కాలం పడుతుంది. అంత వరకు ఒకిమను

కులతో ముందుకు పోవలసిందే. సాధనలో ఒకానొక ఉన్నత స్థితికి చేరుకున్నప్పుడు మాత్రం సాధకుడు తాత్కాలికంగా లైంగిక సంబంధాలను పూర్తిగా విడచి పెట్టాలి. అవి మూడు నెలలు లేదా ఆరు నెలలు లేక సంవత్సర కాలం కాని కావచ్చు.

నిద్ర లేవగానే రాత్రి అంతయు తాను చూచిన వివిధ దృశ్యముల స్మృతికి తెచ్చుకొని వాటి అర్థములు తెలుసుకొంటూ మనస్సెట్లున్నదీ, మరునాడు తానెట్లు జాగ్రత్తగా మెలగవలసినదీ తెలుసుకోవలెను.

ఓర్పు అతి ముఖ్యము. ఏ మాత్రము తొందరపాటు లేకుండా ధైర్యంతో, పట్టుదలతో, విశ్వాసంతో ముందు కేగవలెను. యోగము

ఓర్పు

నందు సైతము విపరీతమగు ఫలాకాంక్ష యుంచరాదు. నీ ఆవేదన హృదయ కుహరమును చీల్చుకొని ప్రార్థనలా వెలువడిన నాడు నీవు దైవము యొక్క అభయవాణిని వినగలవు. అప్పటి నుండి దైవమే నీ జీవితమునకు మార్గ దర్శకత్వము వహించ గలదు. నీవు మాయ మోహాతీతుండ వై సహాయము పొందించిన చాలును. వేయి సార్లు

మనస్సులో నిరాశ కలుగ వచ్చును. కాని మరొక్క సారి ధైర్యమును తెచ్చుకొనుము. దైవాజ్ఞలను పాలింపుము. చిరకాలముగా నీ కలవాటైన జంతు ప్రకృతి నుండి లౌకిక వాతావరణము నుండి, అలౌకిక దివ్య తేజస్సులోనికి పరివర్తన చెందుట అంత సులభము కాదు. అడుగడుగున తన పూర్వపు అలవాట్లకును, ఆకాంక్షలకు తిరిగి పోవుటకు. మనస్సు పెనుగులాడును. మొరాయించును.

నీలో ఆవేదన (Aspiration) ప్రకృతి యొక్క అన్ని భాగముల నావరించి యున్నప్పుడు, అన్నియు సక్రమముగానే యుండును. దివ్యానుభవములు కలుగుచుండును. మనస్సు సదా ఉన్నత చేతనలో ఉండును. కాని ఈ ఆవేదన చాలా మందిలో స్థిరమైయుండదు. తాటాకు మంటలా తాత్కాలికంగా వెలిగి ఆరిపోయే ఆవేదన వల్ల శాశ్వతమైన దేమియు లభింపదు. మరి కొందరిలో వారి ప్రకృతి లోని కొన్ని భాగములు తిరుగుబాటు చేయును. అప్పుడు చిల్లుల కుండలో నీరు వలె ఈశ్వరుని కరుణ, శక్తి యొక్క అవరోహణములు వ్యర్థమై పోవును. ఇటువంటి దశలో సాధకుడు ఎన్నియో కష్టముల

నెదుర్కొనవలసి వచ్చును. ఎంతో కష్టపడి మూలా ధారములోని కుండలినిని పైకి తీసుకొని వెళ్తే అది కొద్ది సేపటిలోనే క్రిందికి దిగుతుంది. ప్రాణ ప్రకృతి తిరుగు బాటు జరిపినపుడు కుండలిని స్వేచ్ఛగా పైకి పయ నించును. దానిని పైకి తీసుకొని వెళ్తున్నప్పుడు నిత్యములో నొప్పికలుగును క్రిందికి ఒత్తిడి చేస్తూ పైకి లేపుతున్న స్ప్రింగువలె దాని పరిస్థితి ఉండుట వలన శరీరము నేల విపరీతమగు ఒత్తిడికి లోనగును ఇలా దాగుడుమూతలు ఎన్నాళ్లు జరుగుతాయో నిక్క చ్చగా చెప్పలేము. అది వారి ప్రకృతిపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

నీలో ధైర్యము నుత్సాహము నింప జేయుటకై అమ్మను వేడుకొనుము! ప్రార్థింపుము! సుఖ దుఃఖాలలో, సంకటాలలో, విపత్కర పరిస్థితుల లో ఎల్లవేళల జననిని తలంచుకొనుము. అమ్మ త ఏక చేయూత నిచ్చును. కాని నీ ప్రార్థన హృద య పూర్వకముగా నుండవలెను. వేదనతో బాష్ప పూర్ణ నేత్రుడవు కావలెను.

లోకములో అనేక విధములగు ప్రకృతులకు చెందిన మనుష్యులున్నారు. కొందరు ఇంద్రియైక జీ వనమే పరమావధిగా తలంచువారు. మరికొందరు కళా

కాథకులు మరి కొందరు విరాగులు. ఇది వారి వారి జన్మ పరిణామముపై ఆధారపడి యుండును. ఏది ఏమైనను మానవుడు దృశ్య ప్రపంచమునకే బద్ధుడు కాక ఇంద్రియాతీతమగు ఏదో అనిర్వచనీయ స్థాయి కెగిరి పోవజాలను. ఆరాటం, ఆవేదన, సంతోషం అతని మనస్సులో ఎంతగా ఉంది, అన్న దానిపై యోగంలో అతని విజయం ఆధారపడి ఉంది.

అట వాక్కు లేదు, రూపం లేదు, రంగు లేదు, ఆది సమస్తేంద్రియ విషయములకు అతీతమైనది. ఏదో భావన హృదయంలో మెదలుతుంది. కాని దానిని వివరించలేను.

"ఏదో అపూర్వ రక్తిమ స్ఫురియించు గాని
అర్థము కాని భావ గీతము లవి"

అని భావనా శక్తి యొక్క చరమ దశ నుండి ఆలాపించిన కవి స్థితి ఇట్టిదే నేమో!

★ ★ ★

మానవ చేతనలో అనేక అంతస్తులున్నవి. అతని మనస్సు ఏ అంతస్తుపై నున్నపుడు ఆ గుణములు కల్గియుండును. కేవలము ఇంద్రియైక జీవుల కన్న

కళల యందు తన్మయులగు వారున్నత చేతనాంశ కేశ్వలు. యీ దృశ్య లోకము వారికి అదృశ్యలోకము నకు అధిరోహింప జేయు సిద్ధమైన వంతె వంటి మార్గ మగును.

నీ చేతన యొక్క అంతిమ లక్ష్యము బ్రహ్మము. అదియే నీ సత్యస్థితి. తక్కిన వన్నియు పతన స్థితులు. యోగము నిన్ను వివిధ అంతస్థులను దాటించి నీ సత్య స్థితియగు బ్రహ్మమును ప్రాపింప జేయును.

అందుకే యోగులలో రసదృష్టి అవశ్యము పెంపొందును. వారి యాత్ర అవినాశమయినది. యోగులలో, కళా, సంగీత, శిల్ప, చిత్రలేఖనాది సృజనాత్మక శక్తులు తప్పక పెంపొందుతాయి. స్పందనా శీలమగు రస హృదయుడు కానివాడు బ్రహ్మమును ప్రాపింప లేడని శ్రీరామకృష్ణుని వాక్యము.

అపరోక్షానుభూతియే సర్వమతముల సారము. మహమ్మదు, క్రీస్తు, జరాతుష్ట్ర వివిధ మతీయ ప్రవక్తలు అట్టి అనుభూతిని పొందినవారే. కాని యోగము ఒక శాస్త్రముగా వృద్ధి చెందింది. మన భారత దేశములోనే.

ఏ మతంలో కాని ఒకానొక వ్యక్తికి దివ్యానుభూతి లభించిందంటే అతను పూర్ణత చేతనను అధిరోహించాడన్న మాట. అతను తెలిసినా తెలియకున్నా తన లోపల జర్గుతున్న దదే. దానికై వాడు వొక విగ్రహాల మీదనో నామ జపం మీదనో ఆధారపడి వుండవచ్చు.

యోగం అలాకాక నీపై నువ్వే ఆధారపడమంటుంది నిన్ను నీవు తెల్సుకొమ్మంటుంది. యీ మార్గం ద్వారా నీలో చొరబడి, నీ చేతన యొక్క వివిధ అంతస్థుల నధిరోహించమంటుంది.

యోగం వొక ప్రత్యేక శాస్త్రంగా వృద్ధి చెందటం వల్ల దివ్యానందాన్ని, పూర్ణత చేతనను విముక్తిని కాంక్షించే వారెల్లరు దానిని అభ్యసించ దానికి వీలైంది.

అనుభూతియే ప్రధానము. అట్టి అనుభూతిని కల్గించ లేకపోతే యీ మతములు, దేవాలయములు, పూజలు అన్నియు వ్యర్థములే.

11

నహి కశ్చిత్ క్షణమపి జాతు తిష్ఠత్యకర్మకృత్;
కార్యతేహ్యవశః కర్మ సర్వః ప్రకృతి-జైర్గుణైః. 1

ఎవ్వడును: క్షణ కాలమైనను, ఒకానొకప్పుడైనను కర్మలను మాని యుండలేడు ప్రకృతి బద్ధుడైన ప్రతివ్యక్తియు అస్వతంత్రుడై కర్మలను చేయుచునే యున్నాడు.

ఈశా వాస్య మిదం సర్వం యత్కించ జగత్యాం జగత్
తేన త్యక్తేన భుంజీథా మా గృధః కస్యస్విద్ధనమ్ 2

విశ్వ సంచలనము లోని చరాచర ప్రాణి జగత్తేది కలదో అది అంతయు ఈశ్వరునకు నివాసమైయున్నది. అందువలన త్యాగబుద్ధితో అనుభవింపుము. ఎవరి ధనమును కోరకుము.

కుర్వన్నేవేహ కర్మాణి జిజీవిషేచ్ఛతం సమాః
ఏవం త్వయి నాన్యథేతోస్తి న కర్మ లిప్యతే నరే. 3

ఈ లోకమున పనులు చేయుచునే వందసంవత్సరము లు జీవింపగోరవలెను. ఇట్లు గాక నరుడవగు నీయందు కర్మ బంధనము కల్గింపని విధమేదియు లేదు.

---

1 భగవద్గీత తృతీయాధ్యాయ 5వ శ్లో. 2,3. ఈశోపనిషత్తు 1,2

మానవుడు సదా కర్మలు చేయుచునే యుండును. ఆలోచించుటయో, కర్మేంద్రియ వ్యాపారమో ఏదియొ యొకటి తప్పక చేయుచుండును. చేయవలదని అనుకొనినను చేయకుండా ఉండలేడు. నదిలో సుడిగుండములో చిక్కిన గడ్డిపోచ ఏవిధంగా అవశమై మళ్లీ మళ్లీ తిరుగుతుందో ఆవిధంగా ప్రకృతికి దాసుడైన ప్రతి వ్యక్తియు కర్మలు చేయుచుండును. జగత్తు కర్మచే ప్రవర్తించు చున్నది. అంతరేంద్రియ, జ్ఞానేంద్రియముల నిగ్రహించకుండా కేవలము కర్మలు వదలినంత మాత్రముననే మానవుడు మోక్షమును పొందజాలడు. మనస్సు ఆయా ఇంద్రియ విషయముల గూర్చి చింతించుచునే యుండును.

ఇక ప్రకృతికి దాసుడై అజ్ఞతతో సంసారమున ప్రవర్తించుట కూడా దుఃఖ హేతువే. మానవుడు విద్యావిద్యలను గుర్తెరిగి కర్మలు చేయవలెను.

అఖండము, సర్వవ్యాపకమగు పరమాత్మ జ్ఞానమే విద్య.

నామరూపాత్మకమైన భిన్న జగత్తును, అనగా

విశ్వములోని వివిధ వస్తువులు మనుష్యులు, వృక్షములు ఇవి యిన్నియు వేరు వేరు అనే భిన్నాత్మక జ్ఞానమే అవిద్య.

బహువిధములుగా కనిపించుచున్న ఈ విశ్వమంతటిలో వ్యాపించిన సత్యమేది కలదో దానిని తెలిసికొన్న మానవుడు అహంభావమునకు, స్వార్థమునకులోను గాడు. అతడు కామ్య కర్మల నుండి విముక్తుడౌతాడు.

ప్రకాశమును గూర్చి మనకు తెలిసినప్పుడు చీకటి యొక్క నిజస్వరూపము అర్థమౌతుంది. వెలుతురు గూర్చిన జ్ఞానమే లేక అంధకారమున నున్న మానవుడు అదే ఉత్తమ మనుకుంటాడు వెలుతురు గూర్చి ఎవరైనా చెప్పినప్పటికిని, అతను స్వయంగా చూడనిదే సంపూర్ణంగా అందుకనుగుణంగా ప్రవర్తించ లేడు, అట్లే సర్వజీవులును పరమాత్మ స్వరూపులే. యని మానవులు గీతా, ఉపనిషదాది గ్రంథములందు చదివినను, మహాత్ములచే విన్నను, ఆశా మోహములకు స్వార్థ, అహంకారములకు దూరము కాలేకున్నారు. ఇదంతయు పరమాత్మయే యని కేవలము మనస్సు యొక్క ఉపరి భాగములో తలంచుకోవటము కాదు. అఖిల ప్రాణి శరీరములు, హృదయము, సర్వచైత

న్యము ఆ విధంగానే ప్రవర్తించాలి. అట్లు కానంతవ రకు "పరమాత్మా! ఈ సర్వమునీదే" యని పైకి అన్నప్పటికీ లోపల యీ సర్వము నాదే అనే భావమే ఉంటుంది.

ఏ యోగి సర్వజీవుల యందు తనను, పరమాత్మ యందు సర్వజీవులను దర్శించునో ఆతడే నిజముగా కామవాసనా రహితుడై కర్మలు చేయగలడు. మానవుడు మొదట యీ జ్ఞానమును పొందుటకు తీవ్ర ప్రయత్నము చేయవలెను. సాధన లేనిదే త్యాగ భావంతో కర్మ చేయలేడు. త్యాగభావనతో చేయని కర్మ బంధకారణమౌతుంది. పాలను కాచి తోడు పెట్టి పెరుగుగా మార్చి దానిని చిలికి వెన్నముద్దను తీసినపుడు అవి నీటిపై వేసినను తేలుచుండును. అట్లుగాక నీవు పాలనో పెరుగునో నీటిలో వేస్తే అవి గుర్తు పట్టకుండా కలిసి పోతాయి. ఇంద్రియ విజేతయై ఆత్మ సాక్షాత్కృతి నందిన యోగి తల్లి యందు తండ్రి యందు భార్యా పిల్లల యందు పరమాత్మనే దర్శిస్తూ జీవించును, అతనికి బంధము లేదు. అయినను తలిదండ్రుల యందు వినయ భావమును, సంతాన మందు వాత్సల్యమును భార్య యందు ప్రేమానురాగములనే ప్రదర్శించును సర్వము నడుచున్నది. పరమాత్మమే యైనప్పటికీ ఉపాధిననుసరించి ప్రవర్తించు

ను. అనగా ఈశ్వరునెరిగి ప్రకృతి యందులతియు బద్ధుడు గాకుండ ప్రవర్తించుట. అతడు కర్మచేసినను చేయని వాడే. అట్లు గాక ఎవడు బాహ్య కర్మలను మాత్రము వదలి మనస్సుచే ఇంద్రియార్థముల చింతించు చుండునో అతను చేయకున్నను చేసిన వాడే.

పూర్ణ మనోనిగ్రహము కలుగనిదే కర్మను త్యజించుట అవివేకము. చాలా మంది భార్యాపుత్రులను బంధువులను విధ్యుక్త కర్మలను వదలి అడవులకేగి తపస్సు చేసికొనుటే యుత్తమ మార్గమని భావించు చుందురు. కాని అది పొరపాటు. అడవులకు వెళ్లినా ఆలోచనల నరికట్టని వారు సాధించున దేమి? తలను గొరిగించు కున్నంత మాత్రాన తలపులు నశించునా? పూర్ణత్వమును పొంది ఆత్మ యందే ఆనందించుచూ ఆత్మ యందే తృప్తిపడుచూ, ఆత్మ యందే క్రీడించు చుండు జ్ఞానికి ఇక ముందు చేయవలసిన పని యేదియు లేదు. అట్టి మహాత్మునికి కర్మాచరణములో స్వప్రయోజనము ఉండదు. కర్మ చేయకుండుట వలన సంభవించు దోషమేమియు లేదు.

అయినను అట్లు కర్మను పరిత్యజించుట జ్ఞాని లక్షణము కాదు. లోకమునకు ఆదర్శముగా

నుండుటకైనను వారు కర్మచేయవలెను.

ఇక సాధకుడు పూర్ణముగా కర్మను త్యజింప లేడు కావున కర్మచేయక తప్పదు. కాని అతడు పరమాత్మ సంబంధమైన కర్మలు చేయవలెను. ఈ జగత్తంతయు పరమాత్మ నివాసమే. ఆ భావముతో మనము కర్మలు చేయవలెను. యోగము ద్వారా సకలము నందు పరమాత్మను సాక్షాత్కరించు కొనుటకు తీవ్ర ప్రయత్నము చేయవలెను. మనము చేయు కర్మలు పరమాత్మకై గాక, ఇంద్రియ తృప్తికై చంచలత్వము తోనున్న యెడల అవి అవిద్యను, బంధమునే దృఢతరమొనర్చును. నిజమైన యోగికి సర్వము బ్రహ్మమయముగా కన్పించును అనగా బ్రహ్మమే ఈ అనంతరూపముల ధరించి క్రీడించుచున్నట్లు గోచరించును. నిజమైన విష్ణుభక్తునకు సర్వము విష్ణుమయముగానే కన్పించును. శివయోగిని లల్లేశ్వరి అంటుంది. "దేవుడే తల్లి రూపముగా పాలను త్రాగించును. భార్య రూపమును ధరించి విలాసముల ననుభవింప జేయును ఆతడు సర్వత్రయున్నాడు కాని మాయావియగు ఈ శివుని జ్ఞానము గురువే కల్గింపజాలును" అట్లే శ్రీరామకృష్ణుడు ప్రతి స్త్రీ యందును జగన్మాతనే దర్శించువాడు.

సారాంశమేమనగా సాక్షాత్కారమునకు ముందు నీవు చేయు కర్మను సాధ్యమైనంత వరకు గుణములకు దాసుడవై చేయకుము. పరిశుద్ధాంతఃకరణముచే నిర్ణయించి యజ్ఞభావముతో కార్యముల కొనసాగించుము, మరొకవైపు మనోనిగ్రహమునకై తీవ్ర యత్నము సల్పుము ఈశ్వరుని పిలువుము! మొరపెట్టుము!

అట్లు చేయుట వలన రోజు రోజుకూ దైవీ ప్రకృతిలోనికెదిగి పరమాత్మ జ్ఞానము వృద్ధియగుచుండును. దానితో కర్మలందు త్యాగభావన సహజముగానే వచ్చును. ఈ విధమైన భక్తి, యోగ, కర్మల సమన్వయమే దివ్య జీవన మార్గము. ఇది శీఘ్రముగా లక్ష్యమును ప్రాపింప జేయును.

